

Beratung Aktuell
Zeitschrift für Theorie und Praxis in der Beratung

Jahrgang 12, Heft 1/2011

Inhalt

<i>Editorial</i>	2
Tobias Ruttert: Psychosoziale Hilfe im World Wide Web	3
Christian Roesler & Rudolf Sanders: Die Konzeptualisierung der Paarbeziehung als Bindung in der Emotionsfokussierten Paartherapie (EFT) und die Vorhersage ihrer Entwicklung anhand des Paarinterviews zur Beziehungsgeschichte	27
Joachim Engl, Adrienne Keil-Ochsner & Franz Thurmaier: Ehe-, Familien- und Lebensberatung und empirische Erfolgskontrolle – ein ausbaubares Verhältnis	55
<i>Buchbesprechungen</i>	84
<i>Impressum</i>	91

Editorial

Wenn Sie bei Google „Psychologische E-Mail-basierte Online-Beratung“ eingeben, erhalten Sie über 8 Millionen Einträge (15.02.2011). Wenn auch nicht alle den Kern des Angebotes abdecken, so wird doch deutlich, welchen Stellenwert dieses Beratungsangebot einnimmt. *Tobias Ruttert* gibt einen Ein- und Überblick zu diesem Beratungsangebot, soweit es sich als psychosoziale Hilfe versteht. Einen ganz anderen Schwerpunkt setzt die Arbeit von *Christian Roesler & Rudolf Sanders*. Es geht um die *Paarbeziehung als Bindung in der Emotionsfokussierten Paartherapie (EFT)*. Gleichzeitig ist darin eine Dokumentation einer Pilotstudie zur Überprüfung dieses Arbeitsansatzes enthalten. Auf diese Weise wird exemplarisch verdeutlicht, wie Kolleginnen und Kollegen auf die Darstellung und das Angebot von neuen Beratungs- und Therapieansätzen persönlich und konkret reagieren können. Nur so kann aus der Vielfalt der Angebote, im Interesse der Klienten fachlich und ethisch begründet ausgewählt werden. Dieser Beitrag war eine Präsentation im Rahmen des 26. Kongresses für „Klinische Psychologie, Psychotherapie und Beratung“, der vom 5.-9. März 2010 in Berlin stattfand. Mit freundlicher Genehmigung des dgvt-Verlages (*Verhaltenstherapie & Psychosoziale Praxis*, 4/2010, S. 893-964) erfolgt hiermit eine Zweitveröffentlichung. In den nächsten Ausgaben von „Beratung Aktuell“ werden noch sechs weitere Beiträge aus diesem Symposium vorgestellt.

In dem Editorial zu Ausgabe 4/2010 hat Rudolf Sanders darauf hingewiesen: „In unserer „Asservatenkammer“ liegen Schätze, die bisher lediglich als Printausgabe veröffentlicht wurden.“ Wegen ihrer Bedeutung für die tägliche Arbeit, wird auch in dieser Ausgabe die Erarbeitung von *Joachim Engl, Adrienne Keil-Ochsner & Franz Thurmaier* zum Thema *Ehe-, Familien- und Lebensberatung und empirische Erfolgskontrolle – ein ausbaubares Verhältnis* präsentiert. Sie ist im Ansatz auch die Grundlage, die dazu führte, dass der Beitrag von *Christian Roesler & Rudolf Sanders* in diesem Heft entstehen konnte. Wir hoffen, damit eine Ermutigung zur Nachahmung setzen zu können.

Dr. Notker Klann

Tobias Ruttert

Psychosoziale Hilfe im World Wide Web

Die Besonderheiten der E-Mail-basierten Onlineberatung

1. Einleitung

In der modernen Gesellschaft des 21. Jahrhunderts scheint der Bedarf an psychosozialer Hilfe und Beratung stetig zu wachsen. Die Ursachen dafür sind äußerst heterogen. Während Soziologen wie Ulrich Beck schon vor mehr als zwei Jahrzehnten von einer Pluralisierung der Lebensstile und komplizierten Individualisierungsprozessen sprachen, erscheinen die Dimensionen der Problemfaktoren heutzutage noch vielschichtiger zu sein. Unsicherheiten in den Bereichen Arbeitsmarkt, Gesundheitspolitik und Bildung, um nur einige zu nennen, intensivieren bei den Menschen die Sehnsucht nach Rat und Hilfe. Viele sind mit der eigenen Identitätsarbeit und den steigenden Anforderungen der Gesellschaft überfordert und können mit diesem Druck nicht konstruktiv umgehen. Wer allerdings in den bestehenden Institutionen und Organisationen keinen Ansprechpartner findet oder sich eventuell ein direktes Gespräch nicht zutraut, der erhält, im Zusammenhang mit der Technologisierung und Medialisierung der Beratungsszene, durch die Onlineberatung eine Alternative.

Pioniere auf diesem Gebiet sind in Deutschland die Telefonseelsorgen, welche 1995 zum ersten Mal im Internet Beratung via E-Mail angeboten und durchgeführt haben. Mittlerweile hat sich nicht nur das Angebot der Telefonseelsorgen, sondern auch von zahlreichen anderen Institutionen, Organisationen und sogar Privatpersonen, immens erweitert. Hinzu kamen unter anderem die Bereiche Chat- und Forenberatung. Allerdings hatte diese Expansion nicht nur positive

Folgen: Das Angebot auf dem Markt wird für die Adressaten¹ mittlerweile zunehmend unübersichtlicher. Auf der einen Seite fällt es manchmal schwer, die unseriösen und unprofessionellen Angebote von seriösen und professionellen zu unterscheiden – und auf der anderen Seite existieren neben kostenlosen Angeboten diverse kostenpflichtige. Diese Schieflage trägt dabei ungewollt zur Verunsicherung der Hilfesuchenden bei. Dennoch scheint die Nachfrage nach Onlineberatung, egal in welcher Form, zu steigen. Im Zusammenhang damit stehen nicht nur der erhöhte Bedarf an psychosozialer Beratung, sondern auch die besonderen Charakteristika der Onlineberatung.

2. Gesellschaftliche und mediale Rahmenbedingungen

Nicht nur für jede andere Form der professionellen Beratung oder Therapie, sondern auch für die Onlineberatung, sind die gesellschaftlichen und medialen Rahmenbedingungen, wesentlich stärker als die technischen, konstitutiv. Eingebettet in den Strudel des soziokulturellen Wandels nehmen sie direkten Einfluss auf das psychische und physische Wohlbefinden eines Individuums. Diesem Sog kann Mensch sich nur schwer entziehen, wie die folgenden Darstellungen zeigen.

2.1 Gesellschaftlicher Wandel

Zunächst ist zu sagen, dass sich die derzeitigen gesellschaftlichen Entwicklungstendenzen als „tiefgreifende Individualisierung einerseits und als explosive Pluralisierung andererseits beschreiben [lassen]“ (Keupp 2007, S. 470). Der Begriff der Individualisierung impliziert dabei die Tatsache, dass sich sowohl bisher geltende Sozialbindungen als auch Orientie-

¹ An dieser Stelle möchte ich darauf hinweisen, dass ich aus Gründen der Lesbarkeit im Laufe dieser Arbeit nur die männliche Form verwenden werde. Gemeint sollen dabei jedoch stets beide Geschlechter sein.

ung gebende Werte- und Normenmuster im Zuge eines Modernisierungsprozesses nach und nach aufgelöst haben (vgl. Belardi 2005, S. 20). Der Aspekt der Pluralisierung hingegen verdeutlicht die daraus resultierende Erweiterung der Handlungsoptionen und Wahlmöglichkeiten bei der individuellen Lebensgestaltung (vgl. ebd.). Dies hat zur Folge, dass das, was früher vorgegeben und teilweise fremdbestimmt war, nun „zum Spielraum für Eigenentscheidung und –verantwortung, zum offenen Feld von Aushandlungsprozessen und persönlichem und sozialen Experimentieren [wird]“ (Nestmann 2007, S. 726). Folglich gehören nicht nur die Prozesse der Individualisierung und Pluralisierung, sondern darüber hinaus auch ein Zwang zu Flexibilität und Mobilität „immer mehr zu den Normalerfahrungen in unserer Gesellschaft“ (Keupp 2007, S. 472). Die dadurch wachsende Orientierungslosigkeit ist unweigerlich mit einer Identitätsarbeit und einer Suche nach Authentizität gekoppelt. Dies erscheint im Hinblick auf die soziokulturellen Wandlungsprozesse verständlich und notwendig zu sein, da „[d]em klassischen Subjektbegriff [...] neuerdings das Konstrukt multipler Identitäten gegenüber[steht]“ (Hintenberger & Kühne 2009b, S. 14). Zusammenfassend bedeutet dies für die psychosoziale Beratung, sich den Herausforderungen der heterogenen Problemlagen zu stellen und den Ratsuchenden sowohl bei der Stärkung der individuellen Kompetenzen als auch beim Zugang zu sozialen Ressourcen zu unterstützen (vgl. Nestmann 2007, S. 726). Immerhin steht die „moderne Entfremdung“ (Ernst 2008, S. 3) mit dem heutigen Streben der Menschen nach Authentizität nicht nur in einem einfachen Zusammenhang, sondern auch in einem sich gegenseitig beeinflussenden Prozess der Wechselwirkungen – mit tendenziellen negativen Folgen, wie die Darstellung der gesellschaftlichen Rahmenbedingungen verdeutlicht.

2.2 Mediale Lebenswelten

Die Lebenswelten der Menschen scheinen sich im 21. Jahrhundert „aufgrund technologischer Veränderungen irreversibel verändert [zu] haben“ (Engel 2007, S. 498). Das Internet scheint mittlerweile fest in unserem Alltag verankert zu sein. Ohne große Berührungängste werden Waren und Dienstleistungen online bestellt, der Wunsurlaub gebucht und Bankgeschäfte im World Wide Web abgewickelt. Mit einer Selbstverständlichkeit werden Daten und Informationen über das Netz bezogen und ausgetauscht, per E-Mail oder mithilfe spezieller Chatprogramme mit Fremden oder bekannten Menschen kommuniziert oder gar eigenständig herausgearbeitete Profile über sich selbst auf entsprechenden Plattformen online gestellt. Den Möglichkeiten scheinen keine Grenzen gesetzt werden zu können. (vgl. Hintenberger & Kühne 2009b, S. 15 f.) So birgt zum Beispiel der interaktive Charakter der digitalen Medien zahlreiche Möglichkeiten zur Selbstdarstellung und Selbstinszenierung, die nicht nur auf Jugendliche einen besonderen Reiz ausstrahlen (vgl. Schachtner 2010, S. 32). Das ständige Wechseln zwischen „digitalisiertem Erleben und physikalischer Lebenswelt“ (Engel 2007, S. 504) könnte schon in naher Zukunft für immer mehr Menschen zur Normalität werden. Bereits heutzutage scheint sich ein neues Verständnis von Heimat abzuzeichnen: „Heimat ist nicht nur dort, wo man herkommt, sondern auch dort, wo man sich bewegt, wo Freunde sind, wo man neue gewinnt“ (Schachtner 2010, S. 32). Vor ähnlichen einschneidenden Veränderungen und neuen Herausforderungen wird auch der Bereich der Beratung stehen beziehungsweise ist bereits innerhalb von Technologisierungsprozessen gezwungenermaßen mit den neuen Medien verwoben (vgl. Engel 2007, S. 499). Diese Annäherung von Beratung an Technologie oder gar eine Medialisierung der Beratung erscheint im Hinblick auf eine „Veralltäglichung des Mediums [Internet]“ (Klein 2009, S. 14) auch durchaus angebracht zu sein. So scheint sich mittlerweile, trotz anfänglicher Skepsis, herauszukristallisieren, dass der Einsatz

neuer Technologien im Bereich der psychosozialen Versorgung nicht nur die Erreichbarkeit der Angebote verbessert und deren Nachhaltigkeit steigert, sondern darüber hinaus auch in der Lage ist den Gesamtnutzen erhöhen zu können (vgl. Bauer & Kordy 2008, S. 4).

3. Psychosoziale Beratung

Psychosoziale Beratung ist in vielen gesellschaftlichen Institutionen und Organisationen verortet, mit dem Ziel Orientierungsleistungen und Unterstützungsmöglichkeiten auf der sogenannten Individualebene zu geben (vgl. Großmaß 2007, S. 101).

Die Grundannahme dieses Ansatzes ist ein „Menschen- und Gesellschaftsbild, das psychische und soziale Befindlichkeiten in Verbindung zu sozialen Lebens- und Umweltbedingungen setzt“ (Sickendiek, Engel & Nestmann 2008, S. 19). Somit lässt sich unter psychosozialer Beratung ein professionelles Handeln verstehen, welches „Orientierungshilfe bei der Klärung individueller Probleme bietet, die aus sozialen Anforderungen entstehen und den persönlichen, intimen Bereich der Personen betreffen und irritieren“ (Großmaß 2007, S. 100). Der Kern- und Schwerpunkt bei dieser speziellen psychosozialen Sichtweise „liegt auf den Belastungen, die durch äußere Anforderungen an das Individuum (oder an Familien, Gruppen) herangetragen werden, und auf den individuellen und sozialen Bewältigungsformen“ (Sickendiek, Engel & Nestmann 2008, S. 19). Dabei steht immer „die Interaktion von Personen und Umweltkontexten [im Zentrum], d.h. fall- und feldbezogene Prävention und Intervention werden verknüpft“ (Nestmann 2007, S. 732). Von besonderer Bedeutung sind deshalb „Widersprüche und Unvereinbarkeiten zwischen unterschiedlichen gesellschaftlichen Anforderungen und subjektiven Bedürfnissen, Interessen und Zielen der Betroffenen“ (Sickendiek, Engel & Nestmann 2008, S. 20). Innerhalb des Beratungsprozesses soll es deshalb aufseiten des Ratsuchenden durch Mitteilung seiner individuellen Probleme nicht nur zu einer emotionalen Entlastung, sondern darüber hinaus auch zu einer Reflexivität kommen. Gerade letzterer Aspekt führt den Hilfesuchenden und seine subjektiven Wahrnehmungen zu einer Konfrontation mit der Wirklich-

keit. Dadurch sollen Ambivalenzen und neue Handlungsmöglichkeiten, in Form eines Perspektivenwechsels, sichtbar werden. (vgl. ebd.) Demzufolge setzt psychosoziale Beratung „an der gemeinsamen Erforschung von (noch) vorhandenen Ressourcen statt an der Diagnose von Defiziten an“ (ebd., S. 21). Damit lässt sich abschließend festhalten, dass das Ziel der psychosozialen Beratung in der Unterstützung und Förderung der Ratsuchenden, bei ihrer Suche nach Zugangschancen, Entwicklungsmöglichkeiten und Ressourcenerweiterung, liegt (vgl. Nestmann 2007, S. 726 f.).

4. Die E-Mail-Beratung und ihre Besonderheiten

Wie in der Einleitung bereits kurz erwähnt wurde, setzt sich der Bereich der Onlineberatung aus den folgenden drei Elementen zusammen: E-Mail-Beratung, Chat-Beratung und Forenberatung (vgl. Hintenberger & Kühne 2009a, S. 8). Da jedoch jede Beratungsform für sich individuelle Charakteristika aufweist, die in mancherlei Hinsicht Vor- und Nachteil zugleich sein können, wird an dieser Stelle aus Platzgründen nur auf die Besonderheiten der Beratung per E-Mail näher eingegangen. Obwohl diese spezielle Form der medialisierten Hilfe für Ratsuchende im Jahr 2010 keine besondere Neuigkeit darstellt, sondern mittlerweile eher als „unspektakuläre Realität“ (Engel 2007, S. 506) wahrgenommen wird, setzt sich die E-Mail-Beratung aus individuellen Spezifika zusammen, welche für den Beratungsprozess von hoher Bedeutung sind. Diese Besonderheiten, verbunden mit ihren Vor- und Nachteilen, sollen nun in den folgenden Unterkapiteln verdeutlicht werden.

4.1 Anonymität

Zunächst ist zu sagen, dass sich der Faktor *Anonymität* in der E-Mail-Beratung „über die Möglichkeit des unerkannt Bleibens, Sachverhalte gezielt zu überprüfen sowie das Fehlen habitueller Zusatzinformationen [definiert]“ (Wein-

hardt 2009, S. 156). Wichtige verbale und nonverbale Kommunikationsmerkmale bleiben demnach im Verborgenen. Der sogenannte erste Eindruck reduziert sich auf eine textbasierte Nachricht. Wichtige Faktoren wie Stimme, Kleidung, Alter, Geschlecht oder aber der subjektiv gewonnene Eindruck des physischen Zustands und der psychischen Verfassung des Gegenübers sind für den Berater nicht direkt wahrnehmbar. (vgl. Knatz 2009a, S. 60) Doch gerade für Ratsuchende, die ihr Gegenüber ebenfalls nur über den Schriftverkehr kennenlernen, erweisen sich diese Aspekte als durchaus positiv. So bedingt eine hohe Anonymität auf der Seite der Ratsuchenden nicht selten das Herabsetzen von Hemmschwellen, was letztendlich dazu führen kann, dass es ihnen leichter fällt äußerst peinliche und intime Themen anzusprechen. Zusätzlich entsteht durch die gegebene Distanz zum Berater und dem Fehlen von analogen Informationen bei den Hilfesuchenden nicht selten ein Gefühl der Unverletzbarkeit, welches als äußerst befreiend empfunden werden kann. (vgl. Hinrichs 2008, S. 52) Für tätige Berater hingegen bedeuten diese Sachverhalte erschwerte Arbeitsbedingungen, da sie letztendlich nur mit den Informationen arbeiten können, die ihnen ihre Klienten zukommen lassen (vgl. Weinhardt 2009, S. 157). Folglich sind Berater zu einer hohen Konzentration und einer gewissen Konfliktfähigkeit gezwungen, da durch ein nicht-vorhanden sein analoger Informationen die Gefahr von Missverständnissen oder Fehlinterpretationen besteht (vgl. Hinrichs 2008, S. 52). Somit sehen einige Fachkräfte „die aufgrund der Anonymität beschränkte Möglichkeit der diagnostischen Rückvergewisserung [...] [als] eher problematisch [an]“ (Weinhardt 2009, S. 158). Dem gegenüber steht jedoch für Ratsuchende die Möglichkeit, sich eben diese Anonymität bei der E-Mail-Beratung zunutze zu machen und je nach Bedarf beziehungsweise nach subjektiv empfundenen Schweregrad des Problems eine vollkommen andere Identität anzunehmen (vgl. Dodier & Knatz 2003, S. 29 f.). So erlaubt ihnen die Anonymität nicht nur sich als jemand

anderes auszugeben, um wichtige Informationen in eigener Sache aus einem anderen Blickwinkel zu bekommen, sondern auch die eigenen Fragestellungen aus der Geschlechterperspektive ihrer Wahl heraus zu stellen (vgl. Weinhardt 2009, S. 157). Folglich bietet das Spiel mit den Identitäten den Ratsuchenden die Möglichkeit eine Art Moratorium, einen Schutzraum, zu bilden, um sich von dort aus behutsam an die E-Mail-Beratung und das vorhandene Problem heranzutasten. Zusammenfassend lässt sich damit festhalten, dass die positiven Aspekte tendenziell überwiegen, da gerade die Anonymität es manchem Menschen erst möglich macht, nach Hilfe und Unterstützung zu suchen (vgl. Knatz 2009a, S. 63).

4.2 Asynchronität

Generell lässt sich im Bereich der E-Mail-Beratung festhalten, dass der Aspekt der *Asynchronität*, neben dem Charakteristikum des Schriftverkehrs, „eines der zwei bedeutsamen Alleinstellungsmerkmale in der methodischen Abgrenzung zur F2F-Beratung [darstellt]“ (Weinhardt 2009, S. 160). An dieser Stelle ist jedoch zugleich darauf hinzuweisen, dass der Faktor Zeit für den Beratungsprozess nicht nur von besonderer Bedeutung ist, sondern darüber hinaus sowohl Vor- als auch Nachteile beinhaltet. Folglich scheint eine differenzierte Betrachtung der Merkmale beziehungsweise der Zusammenhänge von Geschwindigkeit und Asynchronität angebracht zu sein. Positiv ist mit Sicherheit aufseiten der Ratsuchenden die temporale Flexibilität hervorzuheben. Zum einen sind sie weder an Öffnungs- oder Präsenzzeiten noch an zeitliche Rahmenvorgaben, wie sie in der Beratung von Angesicht zu Angesicht festgelegt sind, gebunden (vgl. Knatz 2009a, S. 64). Auf der anderen Seite aber variieren die Zeitabstände zwischen dem Verfassen und Versenden einer E-Mail, wobei der längste Zeitabschnitt zwischen dem Absenden einer Nachricht des Ratsuchenden und dem Eintreffen der Rückmeldung festzustellen ist. Während dabei eine

Antwort auf eine Erstmail in der Regel binnen 24 oder 48 Stunden erfolgt, muss sich der Ratsuchende bei einem länger andauernden Beratungsprozess via E-Mail im Hinblick auf weitere Rückmeldungen auf einen Wartezeitraum zwischen einer Woche bis hin zu 10 Tagen einstellen. (vgl. Dodier & Knatz 2003, S. 120 f.) Die Möglichkeit, immer eine E-Mail an einen Berater verschicken zu können, suggeriert somit fälschlicherweise, dass direkt mit einer Antwort zu rechnen sei. Dies ist jedoch keineswegs immer der Fall. Basierend auf diesen Feststellungen ist somit unter Asynchronität „der sich zwangsläufig einstellende Zeitversatz zwischen Stellen, Lesen und Beantworten von E-Mail-Anfragen [zu verstehen]“ (Weinhardt 2009, S. 160). Allerdings trägt gerade diese Differenz zwischen Absenden und Empfangen zu einer gewissen Entschleunigung bei – der Ratsuchende hat die Möglichkeit seine Gedanken in Ruhe strukturieren zu können, sie gegebenenfalls beim Niederschreiben umzuändern beziehungsweise zu korrigieren und darüber hinaus seine Gefühle, während des gesamten Schreibprozesses und damit vor dem Absenden der E-Mail, auf sich wirken zu lassen (vgl. Knatz 2009a, S. 64). Dieser vermeintliche Vorteil birgt jedoch für den Berater eine gewisse Diskrepanz. Er muss sich im Hinblick auf seine Antwort und unter Berücksichtigung der Zeitversetzung darüber bewusst sein, dass sich die Gefühlslage seines Klienten zwischen dem Verfassen der Ausgangs-E-Mail und dem Erhalt der Antwort verändert haben könnte (vgl. Dodier & Knatz 2003, S. 120). Während der Berater eventuell in der Lage ist diese Problemlage mit viel Empathie und Erfahrung lösen zu können, hat die asynchrone Kommunikation „insbesondere [dann] Auswirkungen, wenn klärende Nachfragen notwendig werden“ (Soucek 2009, S. 60). Dies können Situationen sein, die entweder den individuellen Kompetenzbereich der jeweiligen Berater überschreiten oder aber die rechtliche Rahmenbedingungen den Berater regelrecht zu einem Handeln zwingen – als Beispiele dafür seien an dieser Stelle schwerwiegende psychische Störungen und

Suizidankündigungen via E-Mail genannt (vgl. Dodier & Knatz 2003, S. 121).

4.3 Niedrigschwelligkeit

Ausgehend von ihrem Ursprung kann durchaus behauptet werden, dass die Onlineberatung und damit auch die Beratung per E-Mail „noch niederschwelliger als die Beratung am Telefon [ist]“ (Christl 1998, S. 102). Dabei bedeutet Niedrigschwelligkeit im Bereich der E-Mail-Beratung, „dass die Hilfe ohne großen organisatorischen Aufwand und eingebettet in die alltäglichen Kommunikationsvollzüge der Adressaten erfolgen kann“ (Weinhardt 2009, S. 156). Allerdings gilt es zwischen äußerer und innerer Niederschwelligkeit zu differenzieren. Dabei beinhaltet der Aspekt der äußeren Niederschwelligkeit einige Merkmale, welche bereits in den vorherigen Unterkapiteln angesprochen wurden. So zählen fehlende Öffnungszeiten, eine geringe finanzielle Belastung, eine gewisse Bequemlichkeit, die ständige Verfügbarkeit und eine zeitliche Flexibilität zu den Merkmalen, die den Faktor äußere Niederschwelligkeit charakterisieren. Davon profitieren nicht nur Menschen mit eingeschränkter Mobilität oder Arbeitnehmer, denen aufgrund ihrer Arbeitszeit der Zugang zu konventionellen Beratungsangeboten verwehrt blieb, sondern generell Personen, die bisher innerhalb dieses Sektors von einer Unterversorgung betroffen waren. Zu den Betroffenen zählen, um nur einige zu nennen, Taubstumme, Menschen mit Sprachstörungen und all diejenigen, die einen direkten, persönlichen Kontakt im realen Leben scheuen. (vgl. Knatz 2009a, S. 61 f.) Die Dimension der inneren Niedrigschwelligkeit hingegen betrifft die „stark abgesenkte innerpsychische Schwelle, E-Mail-Beratung als Hilfeform in Anspruch zu nehmen“ (Weinhardt 2009, S. 155). Die dafür konstituierenden Bedingungen sind ebenfalls Merkmale, die bereits an einigen Stellen erwähnt wurden. Die Aspekte Distanz und Anonymität sorgen dafür, dass nicht nur die Stimme des Ratsuchenden, sondern sein gesamtes äußeres Erscheinungsbild für

den Berater unkenntlich bleibt. Dieser erhält nur jene Informationen in textbasierter Form, die der Ratsuchende bereit ist zu versenden. Diese Besonderheit führt auf der Seite des Hilfesuchenden dazu, dass er aufgrund der räumlichen Entfernung, geschützt vor Blicken eines eventuellen Gegenübers, seine Gefühle und Empfindungen oder gar intime beziehungsweise schambesetzte Themen wesentlich freier darstellen und erläutern kann – die Hemmschwelle sinkt also. (vgl. Knatz 2009a, S. 62) Damit jedoch dieser Punkt überhaupt erreicht werden kann, muss für den Ratsuchenden die „Einsicht und Einwilligung in die Notwendigkeit, sich auf Hilfe einzulassen [erfolgt sein]“ (Thiersch 2007, S. 121). Dabei wirkt die „Einbettung von E-Mail-Beratung in den alltäglichen medialen Kontext [...] weniger selbststigmatisierend als das persönliche Aufsuchen einer psychosozialen Fachkraft“ (Weinhardt 2009, S. 155). Darüber hinaus weisen onlinebasierte Beratungskontakte einen geringen Verbindlichkeitsgrad auf. Dies bedeutet zum Beispiel für Drogenabhängige, dass sie keine Angst vor strafrechtlichen Konsequenzen haben müssen, wenn sie ein Beratungsangebot in Anspruch nehmen. Ratsuchende wahren somit zum größten Teil ihre Autonomie und ihre Entscheidungsfreiheit, da sie kontrollieren können, welche Informationen sie weitergeben oder lieber für sich behalten möchten. Zudem fällt vielen die Annahme sowohl von Verständnis als auch von konstruktiver Kritik in geleseener Form wesentlich leichter als in einem direkten Gespräch. (vgl. Knatz 2009a, S. 62 f.) Zusammenfassend lässt sich somit festhalten, dass der Faktor Niedrigschwelligkeit grundsätzlich eher positiv als negativ zu betrachten ist. Abschließend sei jedoch noch in Form eines kleinen Exkurses erwähnt, dass auch in onlinebasierten Beratungsangeboten, an dieser Stelle wird auf das gesamte Angebotsspektrum verwiesen – also Chat- und Forenberatung mit eingeschlossen, „soziale Selektivitäten zum Vorschein [kommen], die auf virtualisierte Formen sozialer Ungleichheit verweisen“ (Klein 2009, S. 17). So setzt sich die existierende Heterogenität der Klienten in sehr unterschiedlichen

Ressourcen, die den Hilfesuchenden zur Verfügung stehen, fort. Daraus zeichnet sich eine äußerst facettenreiche und breite Spanne sowohl an formalen als auch an informellen Ressourcen ab. (vgl. Weinhardt 2009, S. 263) Allerdings werden zum Beispiel Jugendliche, die über Erfahrungen verfügen, welche von vielen anderen Ratsuchenden geteilt werden, ein tendenziell breiteres Spektrum an Unterstützung ermöglicht als Jugendlichen mit spezifischeren Anliegen. Sie sind weitgehend auf Maßnahmen und Interventionen der professionellen Berater angewiesen. (vgl. Klein 2009, S. 17) Somit bleibt die Etablierung niedrighwelliger Beratungsangebote „auch in Zeiten des Internet vorrangig kein technisches, sondern ein professionelles Projekt“ (ebd.).

4.4 Emotionen und Gefühle

Grundsätzlich nehmen Emotionen, Gefühle und Empfindungen in jeder Form der Beratung eine zentrale Rolle ein. Bei einer Kommunikation per E-Mail stehen jedoch im Gegensatz zur Face-to-Face-Beratung „nicht mehr alle verfügbaren akustischen, visuellen, kinästhetischen und olfaktorischen Sinneswahrnehmungen zur Verfügung“ (Knatz 2009a, S. 61). Sowohl der Ratsuchende als auch der Berater sind tendenziell allein auf textbasierte Informationen angewiesen. Dabei ist festzustellen, dass die mediale Schriftlichkeit sowohl Kommunikationsinhalte als auch Kommunikationsstile beeinflussen kann (vgl. Döring 2003, S. 54). Egal jedoch auf welche Art und Weise oder in welcher Form dies geschieht, entsteht bei der E-Mail-Kommunikation nicht selten die Situation „einer Nähe durch Distanz“ (Knatz 2009a, S. 64). Diese Besonderheit lässt nicht nur, wie bereits erwähnt, Hemmschwellen herabsinken, sondern scheint darüber hinaus auch elementare Grundlage für einen Beziehungsaufbau zwischen Ratsuchendem und Berater zu sein. Erst wenn diese Vertrauensbasis vorhanden ist, kann sich der Hilfesuchende seinem Gegenüber anvertrauen und über seine Prob-

leme offen sprechen. (vgl. ebd.) Dies erweist sich jedoch ohne das Erkennen von emotionalen Verhaltensweisen als schwierig. Aufgrund dessen haben sich „wegen den fehlenden gefühlsbetonten Mitteilungen expressive Ausdrucksmittel entwickelt“ (Hinrichs 2008, S. 13). Die Menschen haben sich sozusagen in ihrem Nutzungsverhalten an die besonderen Eigenschaften und Möglichkeiten der neuen Medien angepasst (vgl. Ploil 2009, S. 19 f.). Mithilfe sogenannter Emoticons lassen sich von den jeweiligen Nutzern gezielt emotionale Botschaften ausdrücken. Die gängigste und wohl bekannteste Version stellt dabei der Smiley in fröhlicher oder trauriger Gemütslage dar. Je nach subjektiver Empfindung wird der Mundwinkel in Form einer öffnenden oder einer schließenden runden Klammer dargestellt. (vgl. Dodier & Knatz 2003, S. 34) Da jedoch mittlerweile im Bereich der Emoticons unzählige Variationen und Abwandlungen mit den unterschiedlichsten Bedeutungen existieren, wird an dieser Stelle auf eine weitergehende Darstellung verzichtet. Vielmehr sollen im Folgenden sowohl das Modell der Kanalreduktion als auch das Filtermodell kurz skizziert werden, um zu verdeutlichen, wie unterschiedlich die Vorstellungen in der Wissenschaft, hinsichtlich dem Vorhandensein sozialer Aspekte oder gar Emotionen, innerhalb der computervermittelten Kommunikation sind.

4.4.1 Das Kanalreduktions-Modell

Ausgangspunkt dieses Modells ist die Tatsache, dass der größte Teil der Online-Kommunikation in textbasierter Form stattfindet. Diese Reduktion auf Geschriebenes bzw. Getipptes führe zugleich zu einer Reduktion der Ausdrucksfähigkeit. So findet zum Beispiel bei der Verständigung via E-Mail, im Gegensatz zu einem Gespräch von Angesicht zu Angesicht, der Austausch nur auf der Ebene der geschriebenen Sprache statt. (vgl. Kielholz 2008, S. 14). Somit sind „laut Kanalreduktionsmodell aufgrund fehlender Körperpräsenz [...] die meisten Sinnesmodalitäten im interpersonalen Zusammenhang ausgeschlossen“ (Döring 2003,

S. 149). Aufgrund dieser Gegebenheiten spricht man von einer Kanalreduktion. Im Zuge einer zunehmenden Technologisierung und einer verstärkten Kommunikation über Computer sprach man in den 90er Jahren sogar „von Ent-Sinnlichung, Ent-Emotionalisierung und sogar Ent-Menschlichung, und man befürchtete, dadurch würde die psychosoziale Ebene des Austausches gänzlich verkümmern“ (Kielholz 2008, S. 14). Getragen wurde diese pessimistische Sichtweise von der Grundannahme, dass computergestützte Kommunikationsmedien durch ihren technisch-rationalen Charakter menschliche Züge wie Emotionalität oder Ambiguität in der Kommunikation zugunsten von Ökonomie und Effizienz entfernen werden (vgl. Döring 2003, S. 150 f.).

4.4.2 Das Filtermodell

Das Filtermodell knüpft an den Grundideen des Kanalreduktions-Modells an, dass mit einer Reduktion beziehungsweise mit einer Verringerung der Kommunikationskanäle ein Informationsverlust verbunden ist, welcher die Wahrnehmung des Gegenübers verändert. Allerdings betrachtet das Filtermodell die Online-Kommunikation als weniger problematisch und legt den Fokus darauf, „dass online weniger Information zum sozialen und soziodemographischen Hintergrund des Gegenübers vorhanden ist“ (Kielholz 2008, S. 17). Doch gerade dieses Wissen ist im Alltag für den Menschen von besonderer Bedeutung. So hat es nicht nur Einfluss darauf, welchen ersten Eindruck wir von einer anderen Person haben, sondern trägt mit zur Entscheidung bei, ob wir diese Person überhaupt näher kennenlernen wollen. Im Bereich der textbasierten Internetkommunikation tritt nun bezüglich dieser beschreibenden sozialen Variablen eine Art Nivellierungseffekt ein. (vgl. Döring, S. 154 f.) Dies bedeutet, „dass durch das Fehlen dieser soziodemografischen Informationen Kontrollmechanismen abgebaut werden und ein enthemmender Effekt entsteht“ (Kielholz 2008, S. 18). Die daraus begünstigte Offenheit kann im Bereich der Online-Beratung, wie bereits mehrfach erwähnt, sowohl

für den Ratsuchenden als auch für den Berater einen großen Vorteil darstellen (vgl. ebd.).

4.5 Die Wirkungen des E-Mail Schreibens

Das Verfassen einer E-Mail hat nicht nur den Vorteil, Sachverhalte und Gedankengänge schriftlich fixieren oder gar archivieren zu können, sondern ist darüber hinaus auch zugleich eine besondere Form von Selbstausdruck. Gerade für Ratsuchende können sich innerhalb eines Schreibprozesses Mechanismen herauskristallisieren, die einen positiven Effekt ausstrahlen. So können unbewusste Neigungen und Wünsche beim Aufschreiben entdeckt werden oder allein durch die schriftliche Fixierung beim Verfasser Emotionen und Gefühle der Erleichterung, der Klarheit und sogar der Entlastung entstehen. Die Grundvoraussetzung dafür ist die Tatsache, dass der Schreiber nicht nur einfach handelt, sondern zugleich die Möglichkeit hat das Ergebnis seines Handelns betrachten zu können. (vgl. Knatz 2009a, S. 65) Der Ratsuchende selbst ist somit „sowohl Produzent als auch Rezipient seines eigenen Geschriebenen“ (Dodier & Knatz 2003, S. 124). Dadurch wird der Verfasser beim Aufschreiben immer wieder auf sich selbst zurückgeworfen – die Formulierung einer E-Mail ist somit ein „selbstreflexiver Prozess“ (Knatz 2009a, S. 65). Dieser Prozess beziehungsweise der schriftliche Ausdruck der eigenen Emotionen und Erinnerungen erfordert dabei von dem Ratsuchenden eine gewisse Abstraktionsleistung. Durch diese gewinnt er die notwendige Distanz zu seinen Empfindungen und Erlebnissen, wodurch er einen vollkommen neuen Blickwinkel auf sein Problem und den Lösungsmöglichkeiten erhält. (vgl. ebd.) Kurz gesagt, entsteht für den Verfasser durch das Niederschreiben seiner Situation und der Dinge, die ihn bewegen und belasten, ein „Zugang zur inneren Erlebniswelt“ (ebd., S. 66). Allerdings sei an dieser Stelle darauf hingewiesen, dass nicht jeder Mensch mit den gewonnen Erkenntnissen aus dieser Form der Introspektion konstruk-

tiv umgehen kann oder sich nicht darüber im klaren ist, wie er das neu gewonnene Wissen einzuordnen hat. In solchen Fällen erweist sich eine unterstützende Hilfestellung durch eine professionelle Fachkraft als besonders sinnvoll.

5. Das Vier-Folien-Konzept

Die vorausgegangenen Darstellungen der grundlegenden Charakteristika im Kontext der Rahmenbedingungen einer E-Mail-basierten Onlineberatung haben verdeutlicht, wie kompliziert sich ein Beratungsprozess, welcher ohne Sinnesmodalitäten abläuft, gestalten kann. Besonders für den jeweiligen Berater gestaltet sich die professionelle Arbeit im Hinblick auf die computervermittelte Kommunikation und einer adäquaten Hilfestellung als tendenziell schwierig. Das Vier-Folien-Konzept, welches im Folgenden in seinen Grundzügen näher dargestellt wird, bietet dabei für den Berater nicht nur eine Hilfestellung bei der Beantwortung von E-Mails, sondern unterstützt ihn zugleich in Form eines strukturierten Leitfadens bei dem Beziehungsaufbau zwischen Ratsuchendem und Berater (vgl. Knatz 2009b, S. 106). Dabei bilden die Inhalte des Konzeptes keine streng einzuhaltenden Richtlinien, sondern dienen eher zur Orientierung. Die Darstellung in Folien bietet für den Berater die Möglichkeit, eine erhaltene E-Mail in der Reihenfolge der Foliennummerierungen abzuarbeiten (vgl. Dodier & Knatz 2003, S. 142 f.). Vor Beginn der genaueren Darstellung sei jedoch noch angemerkt, dass es sich bei dem Vier-Folien-Konzept „nicht um ein unter wissenschaftlichen Gesichtspunkten entwickeltes und evaluiertes Modell, sondern um eine mit Theorie angereicherte, verdichtete Beschreibung reflektierter Praxis [handelt]“ (Weinhardt 2009, S. 98).

5.1 Der eigene Resonanzboden

Innerhalb der ersten Folie liegt der Fokus primär auf der Person des Beraters. Dieser begibt sich zunächst im Hinblick auf den

gelesenen Inhalt der E-Mail in einen Prozess der Reflexion. So soll sich der Berater mit den Gefühlen, Gedankengängen und Empfindungen, die durch das Lesen bei ihm ausgelöst wurden, auseinandersetzen. (vgl. Knatz 2009b, S. 108) Darüber hinaus sollte für den Berater ersichtlich werden, ob er das in der Mail geschilderte Problem für lösbar hält oder ob er seinen Klienten, je nach Schweregrad des Anliegens, an einen Kollegen mit spezifischer Ausbildung weiterverweist. Des Weiteren gilt es eine grundlegende Basis zu schaffen. Der Berater muss bereits jetzt eine Entscheidung darüber treffen, ob er sich mit dem Ratsuchenden eine professionelle Arbeitsbeziehung vorstellen kann oder nicht. (vgl. Dodier & Knatz 2003, S. 143)

5.2 Das Thema und der psychosoziale Hintergrund

Die zweite Folie beschäftigt sich mit dem psychosozialen Hintergrund des Ratsuchenden, wobei den soziodemographischen Angaben ein besonderer Stellenwert beizumessen ist (vgl. Weinhardt 2009, S. 101). Darunter fallen Aspekte wie Alter, Geschlecht, Familienstand, Beruf, Freundeskreis, Gesundheitszustand, allgemeine Verfassung, etc. Mithilfe dieser Informationen erhält der Berater nicht nur ein erstes Bild von dem Ratsuchenden, sondern darüber hinaus auch einen ersten Eindruck von dem sozialen Kontext, in dem sich der Schreiber befindet (vgl. Knatz 2009b, S. 108). Zugleich soll dieser spezielle Blickwinkel dazu dienen, dass sich die jeweiligen Stärken und Schwächen des E-Mail-Verfassers herauskristallisieren und vom Berater eingeordnet werden können (vgl. Dodier & Knatz 2003, S. 143).

5.3 Die Diagnose

Die dritte Folie erörtert das genaue Thema des Klienten sowie seine expliziten Wünsche und Fragen an den Berater. Gleichzeitig formuliert dieser eigene Hypothesen, überprüft sie und notiert sich,

wenn notwendig, noch offene Fragestellungen. (vgl. Weinhardt 2009, S. 101) Genauer gesagt, geht es in der dritten Folie für den professionellen Berater darum, „die unbewusst verschriftlichte Szene zu sehen, zu verstehen und sie diagnostisch einzuordnen“ (Knatz 2009b, S. 109).

5.4 Die Intervention

Die vierte und letzte Folie gibt eine strukturierte Hilfestellung „für das Verfassen einer Antwort als Intervention im Beratungsprozess“ (Weinhardt 2009, S. 101). Dabei sollte sich der Berater bei seiner Anrede soweit wie möglich an den Stil des Ratsuchenden anpassen. Des Weiteren sollte er direkt im Anschluss sowohl sich als auch seine Institution, in der beruflich tätig ist, kurz vorstellen. Im Anschluss daran sollte auf generelle Fragen des Ratsuchenden, wie zum Beispiel die Frage, ob der Kontakt vertraulich und die Anonymität gewahrt ist, näher eingegangen werden. Zudem sollte der Berater direkt seine positive Wertschätzung dem Ratsuchenden gegenüber ausdrücken, da die Kontaktaufnahme zu einer Beratungsstelle immer mit einer gewissen Überwindung verbunden ist und dies Anerkennung verdient. (vgl. Dодier & Knatz 2003, S. 143 f.) Das darauf folgende Feedback sollte relativ ausführlich sein. Dies bedeutet, dass der Berater dem Ratsuchenden sowohl mitteilt, welche Aspekte er verstanden hat und nachvollziehen kann als auch Sachverhalte anzusprechen, bei denen noch Klärungsbedarf herrscht. Diese Unklarheiten sollte der Berater jedoch am sinnvollsten als Hypothesen und Vermutungen in Form von Fragestellungen formulieren, um Missverständnissen vorzubeugen. Auf der anderen Seite gilt es dem Ratsuchenden mögliche Problemlösungswege aufzuzeigen, zu begründen und gegebenenfalls Alternativen offen zu lassen. Zudem sollte der Berater um eine Rückmeldung bitten, ob der von ihm vorgeschlagene Lösungsweg für den Ratsuchenden überhaupt akzeptabel ist. In diesem Zusammenhang empfiehlt es sich den Ratsuchenden durch die Formulierung eines auf ihn

bezogenen Wunsches motivierend zu unterstützen. (vgl. Knatz 2009b, S. 111f.) Den Abschluss einer Antwort bilden in Anlehnung an die vierte Folie folgende vier Aspekte: Bevor der Berater dem Ratsuchenden übermittelt, dass er sich auf eine Rückmeldung freuen würde, gilt es für ihn, sein Angebot und die damit verbundenen Grenzen äußerst deutlich darzustellen. Dies bedeutet, dass der Berater ausdrücklich darauf verweist, welche Aspekte mit dem Ratsuchenden gemeinsam bearbeitet werden können und welche Sachverhalte den Kompetenzbereich des Beraters übersteigen. Insofern diese Modalitäten verdeutlicht wurden, sollte der Berater noch vor einem obligatorischen Abschiedsgruß zumindest den zeitlichen Rahmen angeben, wann der Ratsuchende mit einer erneuten Antwort des Beraters rechnen kann. Dadurch erhält nicht nur der Ratsuchende eine grobe Orientierung, sondern der Berater beugt eventuellen Nachfragen bezüglich erwartender Rückmeldungen aufseiten der Ratsuchenden vor. (vgl. Dodier & Knatz 2003, S. 144 f.)

6. Qualifikationen und Qualitätsstandards in der Online-Beratung

Einleitend kann zunächst festgehalten werden, dass sich die „Etablierung professioneller Beratungsangebote im Internet [...] in den letzten Jahren rasant vollzogen [hat]“ (Klein 2009, S. 15). Auf der anderen Seite spiegelt sich diese Tatsache in den Lehrplänen der verschiedensten Ausbildungsinstitutionen und Studiengängen kaum wieder. Lediglich im Bereich der innerbetrieblichen Weiterbildung existieren vermehrt spezifische Maßnahmen und Schulungen, um die jeweiligen Mitarbeiter für eine Arbeit im Feld der Online-Beratung nicht nur vorzubereiten, sondern auch fundiert zu qualifizieren. (vgl. Kühne 2009, S. 231 f.) Dabei scheint hinsichtlich der Anforderungen beziehungsweise der fachlichen Kompetenzen ein gewisser Konsens zu herrschen. So besteht generelle Einigkeit darüber, dass angehende E-Mail-Berater

die sogenannten klassischen Beratungskompetenzen aus dem Bereich der Face-to-Face-Beratung, „d.h. die Fähigkeit zur Strukturierung der Beratung, zu sozialer Diagnostik, zu Ziel- und Interventionsplanung [benötigen]“ (Ploil 2009, S. 63). Komplettiert werden soll dieser Fundus an Techniken durch eine adäquate Text-, Kontext- und Medienkompetenz – diese bilden im Hinblick auf die Arbeit und dem Umgang mit computervermittelter Kommunikation eine grundlegende Basis (vgl. Kühne 2009, S. 236-238). Bisher ist es jedoch der Fall, dass nicht alle Ratsuchenden eine klare Trennung von seriösen und unseriösen Beratungsstellen im Internet vornehmen können. Das heterogene Angebot erweist sich nicht gerade als transparent. In diesem Zusammenhang ist, neben einigen wenigen anderen Institutionen, der Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen e. V. (BDP) zu nennen. Dieser hat für sein psychologisches Onlineberatungsangebot ein spezielles Online-Gütesiegel aufgestellt, welches nicht nur schwer zu kopieren ist, sondern welches vor allem den Ratsuchenden Aufschluss über die hohe Qualität des Angebotes gibt. So müssen für den Erwerb eines solchen Gütesiegels spezielle Kriterien, wie etwa ein Abschluss eines Psychologiestudiums an einer Hochschule, erfüllt sein. (vgl. Hinrichs 2008, S. 43-45) Während dieses Beispiel als positiv zu werten ist, besteht allgemein in den Bereichen Aus- und Weiterbildung nach wie vor ein Nachholbedarf. Immerhin existiert bis heute noch kein vom Gesetzgeber geschütztes Berufsbild. Da diese Fakten nicht im Sinne der Ratsuchenden sein können, gilt es sowohl für Ausbildungsträger als auch für Weiterbildungsanbieter sich der Thematik des Bereichs Online-Beratung vehementer anzunehmen. (vgl. Kühne 2009, S. 239)

7. Ausblick

Die gesellschaftliche Umwandlungs- und Veränderungsprozesse der vergangenen Jahre haben ihre Spuren deutlich sichtbar werden lassen. Während einige Menschen mit diesen Lebensumstellungen konstruktiv umgehen oder sich zumindest relativ gut anpassen können, scheint es immer mehr Menschen zu geben, die diese Bewältigungs- und Kompensationskompetenzen nicht besitzen beziehungsweise diese bei ihnen zu schwach ausgeprägt sind – eine Überforderung kristallisiert sich heraus. Dieser Zustand ist für die meisten Betroffenen äußerst beklemmend, was dazu führt, dass die Nachfrage an Hilfe, Unterstützung und Beratung kontinuierlich steigt. Wie heterogen sich jedoch die zukünftigen gesellschaftlichen Individualisierungs- und Pluralisierungsprozesse auf den Einzelnen auswirken werden, ist nur schwer absehbar. Paradoxerweise scheint zumindest die zunehmende Bedeutung der E-Mail-Beratung festzustehen.

Zumindest kann heutzutage von regelrechten Berührungängsten im Feld der Internetnutzung wohl nur bei speziellen Bevölkerungsgruppen gesprochen werden. Die Onlinekommunikation scheint vielmehr Alltag als Trend zu sein. Dies bedeutet, dass der Umgang mit diesen Technologien immer mehr Menschen vertraut ist. Doch gerade in der Verknüpfung mit Beratungsanliegen verbirgt sich ein Feld der Kontroverse – wie in Kapitel vier dargestellt wurde. Die dort näher erläuterten Besonderheiten der E-Mail-Beratung beinhalten einzeln betrachtet Vor- und Nachteile zugleich. Da an dieser Stelle keine vollständig wiederholende Aufzählung erfolgen soll, bleibt lediglich festzuhalten, dass jeder Ratsuchende für sich entscheiden muss, ob für ihn eine Beratung per E-Mail infrage kommt. Auf der anderen Seite, ermöglicht eine Beratung durch Mailkontakt einen Zugang für Menschen, die nicht in der Lage sind eine Beratung im klassischen Sinne in Anspruch zu nehmen. Als Beispiele dafür seien Gehörlose oder Menschen, die in ihrer Mobilität auf verschiedenster Art und Wei-

se eingeschränkt sind, genannt. Generell lässt sich zudem hervorheben, dass die Onlineberatung für viele Menschen den ersten Zugang zu einer Beratung ermöglicht - im Schutze der Distanz sinken die Hemmschwellen. Dies führt dazu, dass der Onlineberatung durchaus ein präventiver Charakter zugewiesen werden kann, der positiv anzusehen ist. Je mehr Menschen sich frühzeitiger trauen Hilfe in Anspruch zu nehmen beziehungsweise einen Kontakt herzustellen, desto effizienter können die Problemlagen der Ratsuchenden bearbeitet oder sogar eine Verschlimmerung verhindert werden. Gleichwohl gilt es unter diesem Aspekt darauf zu achten, dass sich die besonderen Charakteristika, aufgrund ihrer Vielfältigkeit und den daraus resultierenden Vor- und Nachteilen, auf den Beratungserfolg auch negativ auswirken können – ein Allheilmittel ist eine E-Mail-Beratung demzufolge nicht. Dennoch scheinen zusammengefasst betrachtet die positiven Aspekte zu überwiegen. Ein weiterer Ausbau und eine einheitlichere Strukturierung hinsichtlich der Qualifikation und der Qualität ist, wie das sechste Kapitel zeigte, somit nicht nur notwendig, sondern im Hinblick auf die Betroffenen und die wachsende Nachfrage nur zu begrüßen.

Zusammenfassung

Der technologische Fortschritt scheint in den vergangenen Jahren die Beratungsszene erreicht zu haben. Das Feld der Online-Beratung stellt dabei die Betroffenen, vor allem im Bereich der psychosozialen Hilfe, vor neuen Herausforderungen, welche systematisch erörtert werden. Für die Praxis wird somit ein erster Zugang zum virtuellen Setting ermöglicht.

Stichworte: Online-Beratung, Psychosoziale Hilfe, Beratung im Internet

Abstract

It seems that the technological progress has reached the counselling scene in recent years. The field of online-counselling places the affected people, especially in the area of psychological help, in front of new challenges, which can be debated methodical. As a consequence an approach towards virtual Setting is guaranteed.

Keywords: Online-counselling, psychological help, counselling through the internet

Literatur

- Bauer, S. & Kordy, H. (2008): *E-Mental-Health. Neue Medien in der psychosozialen Versorgung*. Heidelberg: Springer Medizin Verlag.
- Belardi, N. (2005): Weshalb ist sozialpädagogische Beratung notwendig? In: Belardi, N. [et. al.] (Hrsg.). *Beratung. Eine sozialpädagogische Einführung*. Weinheim und München: Juventa, 4. Aufl., S. 15-31.
- Christl, F. (1998): Beratung im Internet. Erfahrungen der Katholischen Telefonseelsorge. In: Janssen, L. (Hrsg.). *Auf der virtuellen Couch. Selbsthilfe, Beratung und Therapie im Internet*. Bonn: Psychiatrie-Verlag, S. 101-116.
- Dodier, B. & Knatz, B. (2003): *Hilfe aus dem Netz. Theorie und Praxis der Beratung per E-Mail*. Stuttgart: Pfeiffer bei Klett-Cotta.
- Döring, N. (2003): *Sozialpsychologie des Internet. Die Bedeutung des Internet für Kommunikationsprozesse, Identitäten, soziale Beziehungen und Gruppen*. Göttingen: Hogrefe-Verlag, 2., vollst. überarb. u. erw. Aufl.
- Engel, F. (2007): Beratung und Neue Medien. In Nestmann, F., Engel, F. & Sickendiek, U. (Hrsg.). *Handbuch der Beratung. Bd.1. Disziplinen und Zugänge*. Tübingen: dgvt-Verlag, 2. Aufl., S. 497-509.
- Ernst, H. (2008): In den Feuchtgebieten des Echten. In *PSYCHOLOGIE HEUTE*. 35.Jg./Heft 10, S. 3.
- Großmaß, R. (2007): Psychotherapie und Beratung. In Nestmann, F., Engel, F. & Sickendiek, U. (Hrsg.). *Das Handbuch der Beratung. Bd. 1. Disziplinen und Zugänge*. Tübingen: dgvt-Verlag, 2. Aufl., S. 89-102
- Hintenberger, G. & Kühne, S. (2009a): Vorwort. In Kühne, S. & Hintenberger, G. (Hrsg.). *Handbuch Online-Beratung. Psychosoziale Beratung im Internet*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 2. Aufl., S. 7-9.
- Hintenberger, G. & Kühne, S. (2009b): Veränderte mediale Lebenswelten und Implikationen für die Beratung. In Kühne, S./Hintenberger, G. (Hrsg.). *Handbuch Online-Beratung. Psychosoziale Beratung im Internet*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 2. Aufl., S. 13-24.
- Hinrichs, Ch. (2008): *Onlineberatung. Einführung zu einem neu erschlossenen Feld der Sozialen Arbeit*. Berlin: RabenStück Verlag, 3., unv. Aufl.
- Keupp, H. (2007): Beratung als Förderung von Identitätsarbeit in der Spätmoderne. In Nestmann, F., Engel, F. & Sickendiek, U. (Hrsg.). *Handbuch der Beratung. Bd.1. Disziplinen und Zugänge*. Tübingen: dgvt-Verlag, 2. Aufl., S. 469-485.
- Kielholz, A. (2008): *Online-Kommunikation. Die Psychologie der neuen Medien für die Berufspraxis*. Heidelberg: Springer Medizin Verlag
- Klein, A. (2009): Niedrigschwelligkeit durch Technik? Chancen und Herausforderungen internetbasierter Beratungsangebote für Jugendliche. In *Sozial Extra*. 33.Jg./Heft 1, S. 14-17.
- Knatz, B. (2009a): Die webbasierte Mail-Beratung. In Kühne, S. & Hintenberger, G. (Hrsg.). *Handbuch Online-Beratung. Psychosoziale Beratung im Internet*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 2. Aufl., S. 59-67.
- Knatz, B. (2009b): Das Vier-Folien-Konzept. In Kühne, S. & Hintenberger, G. (Hrsg.). *Handbuch Online-Beratung. Psychosoziale Beratung im Internet*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 2. Aufl., S. 105-115.
- Kühne, S. (2009): Aus- und Weiterbildung in der Online-Beratung. In Kühne, S. & Hintenberger, G. (Hrsg.). *Handbuch Online-Beratung. Psychosoziale Beratung im Internet*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 2. Aufl., S. 231-239.
- Nestmann, F. (2007); Ressourcenorientierte Beratung. In Nestmann, F., Engel, F. & Sickendiek, U. (Hrsg.). *Handbuch der Beratung. Bd.2. Ansätze, Methoden und Felder*. Tübingen: dgvt-Verlag, 2. Aufl., S. 725-736.
- Ploil, E.O. (2009): *Psychosoziale Online-Beratung*. München: Ernst Reinhardt.

- Schachtner, Ch. (2010): Ich bin online, also bin ich. In *PSYCHOLOGIE HEUTE*. 37. Jg./Heft 3, S. 30-34.
- Nestmann, F., Engel, F. & Sickendiek, U. (2008): Beratung. *Eine Einführung in sozialpädagogische und psychosoziale Beratungsansätze*. Weinheim und München: Juventa, 3. Aufl.
- Soucek, R. (2009): Informationsüberlastung durch E-Mail-Kommunikation. In Stetina, B. & Kryspin-Exner, I. (Hrsg.). *Gesundheit und Neue Medien. Psychologische Aspekte der Interaktion mit Informations- und Kommunikationstechnologien*. Wien: Springer-Verlag, S. 57-72.
- Thiersch, H. (2007): Sozialarbeit/Sozialpädagogik und Beratung. In Nestmann, F., Engel, F. & Sickendiek, U. (Hrsg.). *Das Handbuch der Beratung. Bd.1. Disziplinen und Zugänge*. Tübingen: dgvt-Verlag, 2. Aufl., S. 115-124.
- Weinhardt, M (2009): *E-Mail-Beratung. Eine explorative Studie zu einer neuen Hilfeform in der Sozialen Arbeit*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.

Tobias Ruttert, seit WS [08/09](#) Studium 1-Fach BA Erziehungswissenschaft (Schwerpunkt Sozialpädagogik) an der Westfälischen Wilhelms-Universität Münster.
Interessenschwerpunkte: Klinische Sozialarbeit, psychische Erkrankungen bei Kindern und Jugendlichen und ihre Behandlung, Verhältnis Soziale Arbeit und Psychotherapie, Geschichte der Erziehung.
E-Mail: tobias.ruttert@uni-muenster.de

Christian Roesler & Rudolf Sanders

Die Konzeptualisierung der Paarbeziehung als Bindung in der Emotionsfokussierten Paartherapie (EFT) und die Vorhersage ihrer Entwicklung anhand des Paarinterviews zur Beziehungsgeschichte²
Eine Pilotstudie

1. Einleitung

Die neuesten Zahlen des Statistischen Bundesamtes belegen, dass im Jahr 2008 in Deutschland 191.948 Ehen geschieden wurden und 150.187 minderjährige Kinder davon betroffen waren. Im Vergleich dazu wurden im selben Jahr in Deutschland insgesamt 377.055 Ehen geschlossen (Statistisches Bundesamt 2008). Berücksichtigt man diese Zahlen, so wird deutlich, dass derzeit circa jede zweite Ehe in Deutschland geschieden wird. Dies hat enorme Folgen sowohl für die Partner als auch für ihre betroffenen Kinder, da eine Scheidung bzw. Trennung auf das psychische sowie auf das physische Wohlergehen aller beteiligten Personen wesentliche negative Auswirkungen haben kann (Baucom et al. 1998b). Erfreulicherweise lässt sich in den letzten Jahren parallel dazu feststellen: „Immer mehr Paare suchen professionelle Hilfe, wenn in ihrer Beziehung emotionale Spannungen und aggressive Auseinandersetzungen zunehmen“ (Sanders 2009, S. 879). Bei einer Paarberatung zu einer wesentlichen Verbesserung der Zufriedenheit in der Paarbeziehung (Halford, 1998). Trotzdem bedarf es der kontinuierlichen Weiterentwicklung und empirischen

² Die Nutzung erfolgt mit freundlicher Genehmigung des dgvt-Verlages. Erstveröffentlichung des Artikels in der Zeitschrift „Verhaltenstherapie & psychosoziale Praxis“, 42. Jahrgang, Heft 4, S. 943-956.

Überprüfung der bestehenden paartherapeutischen Ansätze sowie der diagnostischen Verfahren zur Erfassung der Situation der Paarbeziehung, da nach wie vor vielen Paaren, die professionelle Hilfe suchen, nicht wirklich zu einem Fortbestehen ihrer Beziehung verholfen werden kann.

2. Die Konzeptualisierung der Paarbeziehung als Bindungsbeziehung

Die Konzepte der Bindungstheorie sind für den Bereich des Kindesalters mittlerweile bestens untersucht und empirisch fundiert, neuerdings werden diese Konzepte nun auch auf das Erwachsenenalter angewandt. Die im Kindesalter erworbenen Bindungsstile dienen als Muster für spätere interpersonelle Beziehungen und erweisen sich auch im Erwachsenenalter als relativ beständig (Lösel & Bender 2003). Von verschiedenen Autoren wird in den letzten Jahren die Paarbeziehung als eine Bindungsbeziehung verstanden (Glogger-Tippelt 2000; von Sydow 2002; Johnson 2006a). Emotionale Abhängigkeit der Partner voneinander wird als etwas Normales und Gesundes gesehen, die Partner suchen beim anderen nach emotionaler Sicherheit („einen sicheren Hafen“), insbesondere bei Belastungen, Stress usw., und wenn sie diese finden, dient die Beziehung als emotionale Basis, von der aus autonomes Handeln und Auseinandersetzung mit den Anforderungen der Welt („Exploration“) möglich ist. Diese Sichtweise markiert insofern auch eine Trendwende in der Paartherapielandschaft gegenüber der Haltung der 70er und 80er Jahre, als man damals vor allem die Autonomie des Einzelnen betonte und an Auswegen aus vermeintlich zu starken Abhängigkeiten arbeitete. Die bindungstheoretische Sicht der Paarbeziehung betont demgegenüber, dass Autonomie dann möglich ist, wenn eine Person

genügend emotionale Sicherheit in ihren wesentlichen interpersonellen Beziehungen, insbesondere in der Paarbeziehung, findet.

Für das Erwachsenenalter wurden entsprechend den Bindungstypen bei Kindern modifizierte Bindungstypen formuliert; diese lassen sich in „sicher“, „unsicher-ängstlich“, „unsicher-vermeidend“ und „unsicher-ängstlich-vermeidend“ untergliedern (Lösel & Bender 2003). Es wurde untersucht, wie sich diese Typen in Paarbeziehungen kombinieren und wie sich dies auf die Qualität der Beziehung auswirkt. Beziehungen von Paaren, in denen beide vom Typ „sicher gebunden“ sind, verlaufen am stabilsten und erfolgreichsten. Diese Paare haben im Gegensatz zu den ängstlichen oder vermeidenden Bindungstypen weniger Konflikte und können in Problemsituationen konstruktiver reagieren. Sicher gebundene Typen verfügen über mehr Strategien, um die Beziehung bei Belastungen wieder zu reparieren (Lösel & Bender, 2003). Dies gelingt den unsicher gebundenen Partnern nicht so gut. Unsichere Bindung meint hierbei, dass die Person aufgrund einer inneren Beziehungsrepräsentation („internales Arbeitsmodell“) das Beziehungsgeschehen interpretiert und dementsprechend handelt. So geht z. B. ein unsicher-vermeidend gebundener Partner implizit davon aus, dass er sich sowieso nicht mit seinem Bindungsbedürfnis an den anderen wenden kann, weil seine lebensgeschichtliche Erfahrung und die daraus resultierende Beziehungsrepräsentation ist, dass er damit nicht wahrgenommen wurde. Er wird deshalb bei Belastung eher zu emotionalem Rückzug tendieren. Dies hat aber wiederum Folgen für das Beziehungserleben des Gegenübers. So können sich im langjährigen Verlauf von Paarbeziehungen sich immer wieder gleichartig wiederholende, destruktive Kreisläufe einspielen, wie sie häufig Anlass von Paarberatungen sind.

3. Paarprobleme als Unterbrechung der Bindungsbeziehung

Die Paartherapeutin Susan Johnson hat die Sichtweise der Paarbeziehung als Bindung zu einem differenzierten Modell der Paardynamik (Johnson 2006a) und einem entsprechenden Paartherapieansatz, der emotionsfokussierten Paartherapie (Emotionally Focused Therapy: EFT) weiterentwickelt (Johnson & Greenberg 1985; Johnson 2009). Paarprobleme werden als Ausdruck einer Unterbrechung der Bindungsbeziehung konzeptionalisiert. Die Partner haben Verletzungen von Bindungsbedürfnissen in der Beziehung erlebt, sie finden keine Bindungssicherheit mehr beim anderen, und analog zum Verhalten des Kindes bei Trennungen in seinen frühen Bindungsbeziehungen zeigen sie Verhaltensweisen des „Protests“, d. h. sie klagen, machen Vorwürfe, verhalten sich gereizt und aggressiv – all dies, um eigentlich den Bindungskontakt zum anderen wiederherzustellen. Streit unter Partnern kann so als Ausdruck davon verstanden werden, dass Partner keine Verbindung mehr zum anderen bekommen und sich emotional abgetrennt fühlen. Entsprechend ihres internalen Arbeitsmodells von Bindungsbeziehungen setzen sie dann automatische Verhaltensweisen ein, um den anderen wieder in die emotionale Verbindung zurückzuholen (anklagen, fordern, anklammern) oder ihre verletzten Bindungsgefühle zu schützen (Rückzug, Betäubung, Ausweichen in Ersatztätigkeiten, z.B. exzessives Arbeiten). Fatal ist dabei, dass diese automatischen Verhaltensweisen den jeweils anderen direkt in seinen Bindungsbedürfnissen treffen und frustrieren, sodass beide Partner aus dieser Frustration heraus ihr problematisches Verhalten fortsetzen oder sogar verstärken. Daraus entsteht mit der Zeit ein negativer Interaktionszyklus, der sich weitgehend verselbständigt. Die Bindungsperspektive auf Paarbeziehungen, wie sie die EFT einnimmt, unterscheidet dabei verschiedene Ebenen von Emotionen: den

Partnern unmittelbar zugänglich ist nur die Ebene ihres Handelns sowie die unmittelbare Motivation dafür, z. B. Wut und Enttäuschung über den anderen. Diese Ebene wird als sekundäre Emotionen bezeichnet, weil sie nicht die eigentliche Ebene der Bindungsgefühle und -bedürfnisse darstellt. Letztere sind den Partnern zumindest zu Beginn eines Therapieprozesses kaum oder gar nicht zugänglich. Sie stellen aber den eigentlichen Schlüssel für eine Veränderung der destruktiven Paardynamik dar.

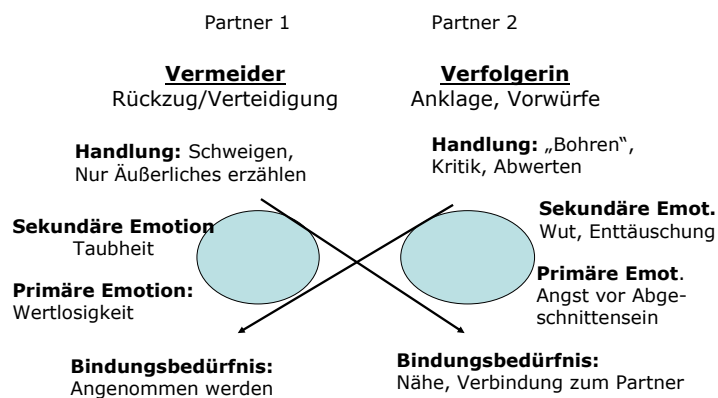


Abb. 1: Der negative Interaktionszyklus

3.1 EFT als Wiederherstellung der Bindungsbeziehung

Diesem Verständnis von Paarbeziehungen entsprechend versucht die emotionsfokussierte Paartherapie, Paarprobleme mit einer Förderung der Bindungsbeziehung zwischen den Partnern zu behandeln. Anstatt Problemlöseverhalten zu trainieren, die Kommunikation zu verbessern oder Konfliktfelder zu besprechen, versucht EFT, den Partnern ihre eigentlichen Bindungsgefühle und -bedürfnisse hinter

ihrem Konfliktverhalten bewusst zu machen und sie dabei zu unterstützen, sich wieder mit diesen Bindungsbedürfnissen aufeinander zu beziehen. Es wird die Kompetenz der Partner gefördert, emotionale Unterstützung beim anderen zu suchen bzw. zu geben:

Sobald in einer Beziehung Offenheit für Bindungssignale („attachement cues“) entstanden und der Bindungsprozess verlässlicher geworden ist, gelingt es Paaren, viele lange schwelende Streitigkeiten zu lösen und sich in Zukunft über Meinungsverschiedenheiten auf eine Weise auszutauschen, die nicht zur Gefahr für die Beziehung werden kann. (Johnson 2009, S. 45)

Mikroanalysen von Paartherapieprozessen zeigen, dass die stärkste und nachhaltigste Veränderung der Paarkonflikte durch Momente der Wiederherstellung der Bindungsbeziehung („change moments“) in der Therapiesitzung geschehen. Es kann gezeigt werden, dass die Wiedererlangung positiver Bindungserlebnisse in der Paarbeziehung einen positiven Einfluss auch auf körperliche Prozesse und das Immunsystem hat (Maurischat, Herwig, Bengel & Mittag 2005; Whisman & Uebelacker 2006).

3.2 Grundannahmen der EFT

- Grundlegendstes Bedürfnis in Paarbeziehungen ist eine sichere emotionale Verbindung
- Die Suche nach einem sicheren Hafen ist ein Zeichen von Gesundheit, nicht von Abhängigkeit oder Verstrickung
- Eine sichere Verbindung ist die Basis für die Auseinandersetzung mit der Welt
- Paarkonflikte und Streit handeln eigentlich von der emotionalen Verbindung, Zugänglichkeit und Resonanz
- Verunsicherungen der Bindung folgen typischem Muster: Protest (Ärger), Anklammern, Verlassenheitswut
- Emotionen organisieren die Paarinteraktionen

- Affektive Interaktion (z. B. visueller Kontakt) ist viel entscheidender als verbale Kommunikation.

4. Übereinstimmungen mit den Forschungsergebnissen von Gottman

Die langjährigen Forschungen von John Gottman zur Paarinteraktion (Gottman 1994a) bestätigen dieses Modell. Ausgehend von lerntheoretischen Grundannahmen untersuchte Gottman in Quer- und Längsschnittuntersuchungen die Interaktionsprozesse von Paaren mittels Fragebogen, systematischer Verhaltensbeobachtung und psychophysiologischer Daten. Zielsetzung dieser Untersuchungen war es, Vorhersagevariablen für das Scheitern einer Paarbeziehung zu entdecken. Gottman verband verschiedene Studienergebnisse miteinander, wodurch er eine Theorie der Stabilität von Paarbeziehungen entwickelte.

4.1 Die Balance-Theorie von Gottman

Gottman betont die entscheidende Rolle des negativen Affekts bei der langfristigen Entwicklung von Paarbeziehungen. Bei unzufriedenen Paaren dominiert negativer Affekt ihre Äußerungen in verschiedenen Bereichen, sie können negative Sequenzen nicht verlassen. Häufig beginnen Interaktionen schon mit stark negativem Affekt („negative start-up“). Diese negativen emotionalen Erfahrungen mit dem anderen breiten sich in der Beziehung aus und rauben den Partnern im Alltag immer mehr Freude. Diese negativen Sequenzen haben eine bestimmte Reihenfolge im Verlauf einer sich verschlechternden Paarbeziehung, was als „apokalyptische Reiter“ bezeichnet wird:

- „Kritik (Vorwürfe, Anklagen, ständiges Nörgeln, sich Beklagen),

- Verachtung/Herabwürdigung (Beleidigungen, abwertende, zynische und sarkastische Bemerkungen),
- Abwehr/Verteidigung (Rechtfertigungen, Gegenvorwürfe, Schuldabweisungen) und
- Mauern/Abblocken (Kommunikation verweigern, nicht Zuhören, den anderen ignorieren)“ (Lösel & Bender 2003, S. 58).

Damit sich die Paarbeziehung aufgrund solcher negativer Sequenzen nicht in Richtung einer Trennung bewegt, müssen die Partner solche Erfahrungen durch positive Begegnungen mit dem anderen ausgleichen. Das Verhältnis von positiver und negativer Kommunikation muss mindestens 5:1 betragen (die so genannte Gottman-Konstante). Eine Beziehungsverschlechterung (mit Reduktion des magischen 5:1-Verhältnisses) wird durch das zunehmende Auftreten der „apokalyptischen Reiter“ im Verlauf der Beziehung begünstigt. Die psychophysiologische Erregung ist bei Konflikten erhöht, zudem sinkt sie nicht so schnell wieder, wie wenn das 5:1-Verhältnis vorhanden ist. Ebenso wird die Wahrnehmung durch das Fehlen des 5:1-Verhältnisses verändert: Die Partner fühlten sich zunächst in der Paarbeziehung wohl. Verändert sich diese nun, geht dies mit der Zeit in das Gefühl des Leidens in der Beziehung über. Es verstärkt sich die Tendenz, eher die negativen Elemente wahrzunehmen. Dies erzeugt das Stadium des „Flooding“ (Überflutung), für das negative Interaktionen und Attributionen in der Paarbeziehung charakteristisch sind. Diese werden stabiler und generalisieren sich zunehmend. Als Folge beginnen die Partner, sich zu distanzieren und zu isolieren. Das „Überfluten“, die Distanzierung sowie die Isolierung sind Auslöser dafür, dass die Partner beginnen, ihre Beziehungsgeschichte umzuschreiben. Sie empfinden den derzeitigen Zustand sowie die gemeinsame Vergangenheit negativ. Paaren, die mit ihrer Partnerschaft unzufrieden sind, fällt es schwer, sich an schöne Momente zurückzuerinnern. Dies führt letzt-

lich zu der Wahrnehmung, dass man außerhalb der Beziehung glücklicher wäre als in ihr – und somit zum Wunsch nach Trennung.

4.2 Langfristige Entwicklung der Paarbeziehung aus der Bindungsperspektive

Interessanterweise deckt sich die Beschreibung der langfristigen Entwicklung belasteter Paarbeziehungen, wie sie Gottman aufgrund seiner Forschungsbefunde darstellt, mit der Betrachtung der Beziehungsentwicklung aus Bindungssicht. Es kann empirisch sehr gut nachgewiesen werden, dass Frustration von Bindungsbedürfnissen zu hohem psychischem und physiologischem Stress führt (von Sydow 2002; Johnson 2006a). Rückzug bzw. Vorwürfe des Partners werden als Unterbrechung der Bindungsbeziehung erlebt. Unter Stress reduziert sich die Beziehungsfähigkeit, wodurch die Partner sich zunehmend problematisch dem anderen gegenüber verhalten (weiteres Anklagen bzw. Rückzug). Dies führt zu weiterer gegenseitiger Frustration, was wiederum den Stress weiter erhöht usw. Mit der Zeit verliert der Partner seine Bedeutung als sicherer Hafen, stattdessen wird er oder sie zunehmend als Stressquelle (Feind) erlebt, was zu weiterem Rückzug bzw. heftigeren Angriffen führt. Mit der Zeit wird also die Bedeutung des Partners bzw. der Beziehung uminterpretiert. Irgendwann beginnen die Partner, aufgrund des anhaltenden hohen emotionalen Stresses eine Trennung als Erleichterung oder gar Lösung zu erleben.

Gottman selbst bestätigt, dass EFT die konsequente Umsetzung seiner Forschungsergebnisse darstellt (Gottman 1994b).

5. Die Schritte des Paartherapieprozesses in der EFT

EFT strebt als übergeordnetes Therapieziel an, die Bindungsbeziehung zwischen den Partnern wieder herzustellen, indem sie auf der Bindungsebene Momente der Begegnung herbeizuführen versucht. So können die Partner ganz konkret im anderen wieder Bindungssicherheit finden, was die Atmosphäre in der Paarbeziehung grundlegend verändert und viele der Konflikte und Streitigkeiten obsolet macht, da diese ja vor allem Ausdruck der andauernden Frustration von Bindungsbedürfnissen waren.

Der Therapieprozess gliedert sich dabei in drei verschiedene Phasen (Johnson 2009):

5.1 Phase 1: Deeskalation

Die Partner erscheinen mit mehr oder weniger stark ausgeprägten Konflikten und Streitigkeiten zur Therapie, die sich in der Regel um Alltagsthemen und Fragen der Beziehungsgestaltung drehen, z. B. wie viel Zeit man miteinander verbringt, dass die Hausarbeit oder Kindererziehung unfair verteilt sei usw. In der Sprache des EFT-Paardynamik-Modells werden hier sekundäre Emotionen wie Wut und Enttäuschung präsentiert.

Den negativen Interaktionszyklus identifizieren: Der EFT-Therapeut versucht nun zunächst, in diesen alltäglichen Streitigkeiten den zugrunde liegenden, sich immer wieder gleichartig wiederholenden Interaktionszyklus zu erkennen, in dem sich die Partner immer wieder gegenseitig frustrieren. Diese neue Sichtweise ihrer Interaktionen wird den Partnern vermittelt, wobei ein grundlegendes Reframing stattfindet: Streit wird als die verzweifelte Suche nach Wiederherstellung der Bindung umgedeutet, Vermeidung bzw. Rückzug als Versuch, sich und die Beziehung vor Verletzungen zu schützen. Den Partnern wird

erläutert, dass sie aus gut verständlichen Motiven heraus handeln, z.B. dass sie versuchen, den anderen zu erreichen oder sich selbst zu schützen, dass dies aber die Form eines Teufelskreises angenommen hat, indem sie den anderen immer wieder – ohne es zu wollen – verletzen. Dieser Teufelskreis wird den Partnern immer wieder anhand der von ihnen berichteten Interaktionen bzw. auch anhand der in der Therapiesitzung stattfindenden Auseinandersetzungen verdeutlicht, mit der Botschaft: „Dies ist Ihr gemeinsamer Feind, der im Moment noch Macht über Sie hat, sodass Sie den anderen verletzen, ohne das zu wollen“. Der Therapeut vermittelt damit sowohl ein unmittelbar einleuchtendes Erklärungsmodell, in dem die Partner nicht kritisiert, sondern eher validiert werden, weil ihr Handeln aus zugrunde liegenden Bindungsbedürfnissen erklärt wird, zum anderen stiftet dies Gemeinsamkeit; die Partner haben ein gemeinsames Ziel, an dem sie miteinander arbeiten können, nämlich den Teufelskreis zu überwinden, und dies schafft wieder Hoffnung, ein Leben jenseits der Probleme erreichen zu können.

Nicht-anerkannte (primäre) Emotionen zugänglich machen: Hat dieses Reframing stattgefunden, wird mit den Partnern im verbleibenden Teil der Phase 1 daran gearbeitet, dass sie ihre bisher nicht anerkannten primären Emotionen, wie z. B. Angst davor, die Verbindung zum Partner zu verlieren, zunehmend wahrnehmen und als Motor hinter ihrem Handeln im Teufelskreis erkennen können. Haben die Partner einen gewissen Zugang zu diesen „wahren“ Gefühlen und ihren eigentlichen Bindungsbedürfnissen erlangt, tritt die Therapie in die für EFT entscheidende Phase 2 ein.

5.2 Phase 2: Bindung wiederherstellen

Hier liegt zunächst der Fokus darauf, die Wiederaneignung der Bindungsbedürfnisse weiter zu fördern sowie zusätzlich Akzep-

tanz für die Erfahrung des Partners und seiner Bindungswünsche zu unterstützen. Es ist ein wesentliches Moment von EFT, dass erst dann zum nächsten Schritt gegangen wird, wenn diese Akzeptanz für sich selbst und den anderen ausreichend vorhanden ist.

Neustrukturierung der Interaktion: Nun werden die Partner in einem Moment, in dem sie sich ihres eigentlichen Bindungsbedürfnisses gewahr sind, aufgefordert, dieses Bedürfnis als Beziehungswunsch auszudrücken und sich mit diesem Wunsch direkt an den anderen zu wenden. Auf diese Weise wird ein so genannter „change moment“ geradezu choreographiert. Dabei muss der Therapeut drauf achten, dass der Gegenüber nicht in das alte destruktive Muster verfällt, sondern sich von dieser Wendung berühren lässt und darauf antwortet. Detailanalysen von Paartherapieprozessen zeigen, dass genau dies die stärkste Veränderungswirkung auf die Paarbeziehung hat.

5.3 Phase 3: Konsolidierung der neuen Interaktion

Haben solche „change moments“ stattgefunden, verändert sich die affektive Situation der Partner in der Beziehung zueinander grundlegend. Es wächst wieder die Hoffnung, beim anderen tatsächlich Antwort auf die eigenen Bindungsbedürfnisse zu finden. In Phase 3 wird dieser Prozess weiter gefestigt. Abschließend werden die Streitpunkte der Anfangsphase noch einmal aufgenommen, um sie auf der neuen Basis wiedergewonnener Bindungssicherheit zu bearbeiten. Schließlich wird die veränderte Beziehungsgestaltung für die Zukunft nach der Paartherapie besprochen.

6. Die Wirksamkeit von EFT ist empirisch sehr gut bestätigt

Von Anfang an wurde die EFT nicht nur aus empirischer Forschung heraus entwickelt (z.B. das Konzept der „change moments“), sondern auch ihre Wirksamkeit empirisch überprüft. EFT liegt als manualisiertes Behandlungsprogramm vor (Johnson, 2006b) und kann in effektiven Ausbildungsstrukturen erlernt werden.³ Mittlerweile liegen verschiedene empirische Untersuchungen zur Wirksamkeit von EFT vor, die EFT als einen der zwei wirkungsvollsten Paartherapieansätze ausweisen (Johnson & Greenberg 1985; Johnson, Hunsley, Greenberg & Schindler 1999; Talitman & Johnson 1997; Denton, Burleson, Clark, Rodriguez & Hobbs 2000; Dessaulles, Johnson & Denton 2003; Baucom et al. 1998b). Zusammenfassen lässt sich zur Wirksamkeit von EFT sagen:

- ➔ Alle Studien zeigen bei 10–12 Sitzungen eine signifikante Besserungsrate von 86–90 %
- ➔ 70–75 % der behandelten Paare bezeichnen sich im Follow-up als komplett erholt (was für fortwirkende Effekte nach Therapieende spricht)
- ➔ Diese Resultate erweisen sich als stabil, auch wenn das Paar wieder unter Stress gerät (was für die Nachhaltigkeit der Veränderung auf der Bindungsebene spricht)
- ➔ Depressivität wird signifikant reduziert
- ➔ Diese Ergebnisse gelten für unterschiedliche Klientenpopulationen und Settings.

Für die Forschung zu Paarbeziehungen und dem Erfolg von Paartherapie bzw. -beratung wäre es wünschenswert, es lägen diagnostische

³ Ausbildungen in EFT werden in Deutschland am Weiterbildungsinstitut der Katholischen Fachhochschule Freiburg: www.kfh-freiburg.de/weiterbildung angeboten. Weitere Informationen zu EFT sind über die Website des International Center for Excellence in Emotionally Focused Therapy: www.iceeft.ca erhältlich.

Instrumente vor, die den Status der Paarbeziehung aus einer Bindungsperspektive zu erfassen in der Lage wären. Im Folgenden wird daher eine Pilotstudie vorgestellt, die mit dem Paarinterview zur Beziehungsgeschichte (Saßmann 2001) eine Vorhersage des Erfolgs von Paarberatung unternommen hat.

7. Das Paarinterview zur Beziehungsgeschichte (PIB)

Wie bereits erwähnt, nutzen die Instrumente zur Erfassung des Bindungsstatus bei Erwachsenen eine narrative Darstellung der Lebensgeschichte und ihre Auswertung. Zur Erfassung der Beziehungsqualität in Paarbeziehungen existiert ebenfalls ein narratives Interview, das von Gottman (1994a) entwickelte Oral History Interview (OHI) mit Kodiermanual, das in einer deutschen Fassung als Paarinterview zur Beziehungsgeschichte (PIB) vorliegt (Saßmann 2001). Weiter unten wird dargelegt werden, warum dieses Interview als Erfassung von Bindungsaspekten der Paarbeziehung betrachtet werden kann.

„Das PIB ist ein halb strukturiertes Interview, in dem eine Reihe offener Fragen zur Beziehungsgeschichte und Ehephilosophie des Paares gestellt werden“ (Saßmann 2001, S. 67). Das Interview der amerikanischen Ausführung enthält insgesamt zwölf Fragen, die in zwei Teile gegliedert sind. Im ersten Teil werden neun Fragen zur Beziehungsgeschichte gestellt, im zweiten beziehen sich drei weitere Fragen auf die Ehephilosophie. Die modifizierte deutsche Form des OHI wurde um zwei Fragengebiete erweitert. Ein Bereich betrifft die Thematik der Familienplanung bzw. der Sexualität (Modul 1), das andere Gebiet umfasst den Themenbereich der Gewalt bzw. der Aggression (Modul 2) (Saßmann 2001). Wie die Partner im Interview ihre kollektive Geschichte berichten und darstellen, kann bedeutende Erkenntnisse und Hinweise für die Diagnostik in Bezug auf mögliche Beeinträch-

tigungen in der Paarbeziehung liefern, wie Gottman in seinen Forschungen zeigen konnte: Unzufriedene Paare mit Trennungsgedanken „... interpretieren ihre Vergangenheit um, schreiben sozusagen ihre Beziehungsgeschichte neu. Alles wird in ein schlechtes Licht gerückt“ (Saßmann 2001, S. 68). Für die Paartherapie eignet sich deshalb das PIB als Eingangsdiagnostik-Instrument.

Durchführung: Für das Interview sollte eine Zeit von 50 bis 90 Minuten eingerechnet werden. Um später eine genauere Auswertung gewährleisten zu können, sollte eine audiovisuelle Aufzeichnung stattfinden. Um das PIB erfolgreich durchführen zu können, muss ein bestimmter Interviewstil gewählt werden. Hierbei gibt der Interviewer den Klienten kein Feedback, auch explorative Fragen zu Emotionen sowie Anmerkungen und eine Zusammenfassung des vom Klienten Gesagten werden vermieden (Saßmann, Braukhaus & Hahlweg 1997).

Gewünscht ist eine Interviewsituation, in der das Paar miteinander kommuniziert. Der Interviewer sollte die Partner zum Erzählen animieren und selbst, soweit dies machbar ist, eher eine Beobachterrolle einnehmen. Aufgrund dieser Interviewtechnik ist neben dem Sammeln von Auskünften über Inhalt und Darlegung der gemeinsamen Geschichte eine Verhaltensbeobachtung durchführbar (Saßmann, 2001). Das Kodiermanual besteht aus elf Dimensionen, die für Frauen und Männer getrennt kodiert werden. Die Dimensionen sind grundsätzlich gegensätzlich formuliert.

Tabelle 1: Dimensionen des PIB-Kodiermanuals (Saßmann 2001, S. 92)

„Zuneigung versus emotionale Neutralität“	„Sich stellen versus vermeiden“
„Zugewandt sein versus negatives Verhalten“	„Handeln versus Schicksal“
„Teamgeist versus Isolation“	„Impulsiv versus distanziert“
„Selbstverwirklichung versus Selbstaufgabe“	„Beziehungskonzept versus Konzeptlosigkeit“
„Mitteilsam versus verschlossen“	„Gelassenheit versus Labilität“
„Glück versus Enttäuschung“	

Die Dimensionen ausführlich darzustellen ist im Rahmen dieser Arbeit nicht möglich, es wird dazu auf das Handbuch von Saßmann (2001) verwiesen.

Die Dimensionen werden jeweils mit einigen Punkten im Kodiermanual beschrieben und in zwei unterschiedlich auszuwertende Bereiche geteilt. Zum einen ist dies der Auswertungsbereich mit dem Blickwinkel auf das Verhalten (PIB-V) und zum anderen der Auswertungsbereich, der das Augenmerk auf die Darstellung bzw. Verzerrung (PIB-D) der Beziehungsgeschichte legt. Die Dimensionen werden mithilfe einer vierstufigen Bewertungsskala (+2, +1, -1, -2) eingeschätzt. Zudem enthält das Kodiermanual einen weiteren Teil der Auswertung, die Globaleinschätzung, die in der Praxis häufig Anwendung findet (Saßmann, 2001). Das Kodiermanual enthält zu jeder Dimension eine allgemeine Beschreibung, die sehr kurz gehalten ist, um die Globaleinschätzung schneller durchführen zu können. Nachdem die Auswertung auf dem Kodierbogen stattgefunden hat, wird ein Gesamtwert daraus gebildet. Zu den Gütekriterien ist zu sagen, dass die Reliabilität nur befriedigend bis ausreichend gegeben ist (Saßmann et al. 1997). Für die Validität des PIB wurden ermutigende Hinweise in der Untersuchung von Saßmann (2001) entdeckt.

7.2 Die Interviews der Pilotstudie

Zur Auswertung standen acht Partnerinterviews zur Verfügung. Vier der befragten Paare haben sich getrennt, vier leben weiterhin in der Partnerschaft. Zunächst wurden die Partnerinterviews mithilfe des dafür vorgesehenen Kodiermanuals deskriptiv ausgewertet. Ein Gesamtwert des Kodierbogens wurde in der Studie nicht gebildet, auch wurde die Globaleinschätzung nicht vorgenommen. Die Skala der Verhaltensbeobachtung sowie die Skala der Darstellung/Verzerrung des PIB wurden mithilfe der Dimensionen beschrieben. Anhand des Kodiermanuals des PIB wurden Profile für die Paare bzw. die Einzelpersonen erstellt, zum einen ein Profil des Verhaltens in der Interviewsituation, zum anderen ein Profil über die Darstellung/Verzerrung der Beziehungsgeschichte. Die Ergebnisse sind in den folgenden Tabellen zusammengefasst.

7.2 Ergebnisse: Das PIB differenziert schon zu Beginn einer Beratung zwischen Paaren, die sich trennen werden, und solchen, die ihre Beziehung verbessern

Um die komplexen Ergebnisse im Rahmen dieses Artikels übersichtlicher darzustellen, werden im Folgenden nur vier Tabellen dargestellt und erläutert, in denen jeweils die Häufigkeit der Paare aufgeführt ist, die einen bestimmten Wert auf den Untersuchungsdimensionen erhielten. Dabei wird zwischen den Ergebnissen der Männer und Frauen, sowie zwischen der Codierung von Verhalten (PIB-V) bzw. Darstellung/Verzerrung der Paargeschichte (PIB-D) unterschieden. Paare, die sich im Verlauf der Paarberatung oder nach deren Beendigung getrennt haben, sind kursiv markiert, solche, die zusammenblieben und ihre Beziehung verbessern konnten, sind fett markiert. Da es sich um eine Pilotstudie handelt, ist die Stichprobe zu

klein, um eine quantitative Auswertung vorzunehmen. Jedoch zeigt schon die Betrachtung der Tabellen, dass zumindest bei den hier untersuchten Paaren das PIB relativ eindeutig zwischen Trennung vs. Nicht-Trennung differenzieren kann.

Tabelle 2: Ergebnistabelle PIB-V, Frauen

Dimensionen	2	1	-1	-2
Zuneigung	II	II /		
Emotionale Neutralität			III	
Zugewandt	II	III		
Negatives Verhalten			II /	
Teamgeist		IIII		
Isolation			III	/
Selbstverwirklichung	II	I //		
Selbstaufgabe			I /	/
Mitteilsam	II	II III		
Verschlossen			/	
Glück	I	III /		
Enttäuschung			II	/
Sich stellen	III	I III		
Vermeiden				/
Handeln		III		
Schicksal			III	/
Impulsiv		III //		
Distanziert			I //	
Beziehungskonzept	II	II IIII		
Konzeptlosigkeit				
Gelassenheit	II	I //		
Labilität			I //	

Anmerkungen: **Frauen ohne Trennung PIB-V**; *Frauen mit Trennung PIB-V*. Handeln versus Schicksal entfällt bei einer Teilnehmerin (keine Trennung).

Tabelle 3: Ergebnistabelle PIB-V Männer

Dimensionen	2	1	-1	-2
Zuneigung	I	III		/
Emotionale Neutralität			III	
Zugewandt		III //		
Negatives Verhalten			I //	
Teamgeist		III		
Isolation			//	//
Selbstverwirklichung	II	II III		
Selbstaufgabe			/	
Mitteilsam	II	II III		
Verschlossen			/	
Glück		III /		
Enttäuschung			I //	/
Sich stellen		III /		
Vermeiden			//	
Handeln		III /		
Schicksal			//	/
Impulsiv		III		
Distanziert			I III	/
Beziehungskonzept	I	III III		
Konzeptlosigkeit			/	
Gelassenheit	II	II //		
Labilität			//	

Anmerkungen: **Männer ohne Trennung PIB-V; Männer mit Trennung PIB-V.** Handeln versus Schicksal entfällt bei einer Teilnehmerin (keine Trennung).

7.3 Beziehungsstabilisierende und -destabilisierende Dimensionen auf der Verhaltensebene

Im Folgenden werden nur die Dimensionen referiert, die in den Ergebnissen über beide Geschlechter hinweg sehr eindeutig einen positiven bzw. negativen Einfluss auf die Beziehungsstabilität haben.

Die Dimensionen *Isolation*, *emotionale Neutralität*, *Enttäuschung* und *Schicksal* wirken sich vermutlich am negativsten auf die Beziehungsstabilität aus. Die Dimensionen *Selbstaufgabe*, *Distanziert*, *Labilität* und *negatives Verhalten* konnten bei beiden Gruppen festgestellt werden, jedoch ohne größere Unterschiede. Daraus könnte geschlossen werden, dass diese Bereiche zwar für die Beziehung der Paare negativ bewertet werden, aber in einer Beratung/Therapie gut zu bearbeiten bzw. zu verbessern sind. Das Gebiet *Teamgeist* konnte bei allen Frauen, die sich nicht getrennt haben, festgestellt werden; demgegenüber war bei der Gruppe der Frauen, die sich getrennt haben, dieses Gebiet nicht vorzufinden. Auch die Dimensionen *Zuneigung* und *Glück* konnten bei allen Frauen, die sich nicht getrennt haben, festgestellt werden. Bei den Frauen, die sich getrennt haben, war jeweils nur eine in diesem Bereich verzeichnet. Da vor allem die Bereiche *Vermeiden* und *Labilität* bei keinem der Männer, die sich nicht getrennt haben, festgestellt werden konnte, könnte dies ein weiteres Indiz für den negativen Einfluss der Dimensionen auf die Stabilität der Paarbeziehung sein.

Bei den Männern könnten die Bereiche *Impulsiv* und *Sich stellen* als positive Faktoren für die Beziehungsstabilität angesehen werden. Aber am eindeutigsten zeigen sich die Dimensionen *Zuneigung* und *Teamgeist* als förderlich für die Stabilität einer Paarbeziehung.

Tabelle 4: Ergebnistabelle PIB-D Frauen

Dimensionen	2	1	-1	-2
Zuneigung	I	II		
Emotionale Neutralität			I IIII	
Zugewandt	I	II III		
Negatives Verhalten			I I	
Teamgeist	II	II II		
Isolation			II	
Selbstverwirklichung	I	II II		
Selbstaufgabe			I I	I
Mitteilsam	I	III II		
Verschlossen			II	
Glück	I	II I		
Enttäuschung			I II	I
Sich stellen		III II		
Vermeiden				II
Handeln		III I		
Schicksal			II	I
Impulsiv		II		
Distanziert			II IIII	
Beziehungskonzept		II		
Konzeptlosigkeit			I III	
Gelassenheit	I	I		
Labilität			II IIII	

Anmerkungen: **Frauen ohne Trennung PIB-D; Frauen mit Trennung PIB-D.** Beziehungskonzept versus Konzeptlosigkeit entfällt bei je einer Frau beider Gruppen.

Tabelle 5: Ergebnistabelle PIB-D Männer

Dimensionen	2	1	-1	-2
Zuneigung	I	II		
Emotionale Neutralität			I /	III
Zugewandt	I	II //		
Negatives Verhalten			I /	/
Teamgeist	I	III //		
Isolation			//	
Selbstverwirklichung	II	II III		
Selbstaufgabe				/
Mitteilsam		III III		
Verschlossen			I	/
Glück	I	II /		
Enttäuschung			I III	
Sich stellen		III /		
Vermeiden			//	/
Handeln		IIII /		
Schicksal			III	
Impulsiv		I		
Distanziert			III //	//
Beziehungskonzept	I	I		
Konzeptlosigkeit			I III	
Gelassenheit		III		
Labilität			I IIII	

Anmerkungen: **Männer ohne Trennung PIB-D; Männer mit Trennung PIB-D.** Beziehungskonzept versus Konzeptlosigkeit fällt bei je einem Mann beider Gruppen weg

7.4 Beziehungsstabilisierende und -destabilisierende Dimensionen auf der Ebene der Darstellung der Beziehungsgeschichte

Die Dimensionen *emotionale Neutralität* und *Schicksal* sind höchstwahrscheinlich für die Beziehungsstabilität nicht förderlich. Die Dimensionen *Labilität*, *Distanziert*, *Enttäuschung*, *Konzeptlosigkeit*, *Vermeiden*, *Isolation* und *Verschlossen* wurden jeweils doppelt so häufig bei der Gruppe der Frauen, die sich getrennt haben, diagnostiziert. Ebenfalls in den Bereichen *Vermeiden*, *Enttäuschung* und *Konzeptlosigkeit* wurden jeweils zwei Männer, die sich getrennt haben, mehr festgestellt als bei der Gruppe, die sich nicht getrennt hat.

Die Gebiete *Gelassenheit*, *Impulsiv* und *Beziehungskonzept* wurden bei je zwei Frauen, die sich nicht getrennt haben, diagnostiziert. Aus diesem Grund könnte man vermuten, dass sich diese Gebiete förderlich auf die Stabilität einer Paarbeziehung auswirken könnten. Allerdings ist es wahrscheinlicher, dass sich die Dimensionen *Handeln* und *Zuneigung* noch wesentlich vorteilhafter auf die Beziehung der Paare bzw. deren Stabilität auswirken könnten. In diesen Bereichen wurden je drei Frauen, die sich nicht getrennt haben, mehr festgestellt. Vor allem aber das Gebiet *Zuneigung* scheint sich sehr positiv auf die Beziehungsstabilität auszuwirken, da dies nur bei den Frauen ohne Trennung diagnostiziert wurde.

Eindeutig positiv für die Stabilität der Paarbeziehung könnten somit die Dimensionen *Teamgeist*, *Glück*, *Sich stellen* und *Beziehungskonzept* sein. Die Dimensionen *Handeln*, *Zuneigung* und *Gelassenheit* könnten vermutlich als die relevantesten Eigenschaften für die Beziehungsstabilität gesehen werden, da die beiden Gruppen hier jeweils eine Differenz von drei aufweisen.

7.5 Zusammenfassung der Ergebnisse

Die Pilotstudie konnte also zeigen, dass das PIB schon zu Beginn einer Paarberatung relativ eindeutig zwischen Paaren, die sich trennen werden, und Paaren, die von der Beratung profitieren werden und ihre Beziehung verbessern können, unterscheidet. Interessant dabei ist, dass gerade die Dimensionen im PIB besonders prognostisch aussagekräftig sind, die eine deutliche Parallele zur Bindungstheorie von Paarbeziehungen aufweisen:

Als besonders schädlich für die Paarbeziehung erweisen sich insbesondere *emotionale Neutralität, Distanziert, Vermeiden, Isolation* und *Verschlossen* – dies stimmt mit der Sichtweise der Paarbeziehung als Bindungsbeziehung überein, dass eine Unterbrechung der emotionalen Verbindung zwischen den Partnern als besonders belastend, ja verletzend für die Paarbeziehung erlebt wird.

Als besonders förderlich für die Paarbeziehung erweisen sich die Dimensionen *Teamgeist, Sich stellen, Handeln, Zuneigung* – dies stimmt mit der Bindungsperspektive der EFT überein, dass das aktive Ausdrücken von positiven Affekten dem anderen gegenüber und das Herstellen von Gemeinsamkeit und Verbindung den Schlüssel für Beziehungsqualität und -stabilität darstellen.

8. Fazit und Ausblick

Schon Gottman konnte in seinen umfangreichen Forschungen deutlich zeigen, dass die Affekte der Partner in der Paarbeziehung und insbesondere negative Affekte und deren Management die entscheidende Dimension für die Entwicklung und Stabilität von Paarbeziehungen darstellen. Die Sichtweise von Paarbeziehungen als Bindungen liefert nun ein theoretisches Erklärungsmodell dafür, wie diese Affekte entstehen und sich in der Beziehung entwickeln. Das Modell

kann auch erklären, wie es zu negativen Entwicklungen in der Paarbeziehung bis hin zu destruktiven Interaktionskreisläufen kommt, wie man sie in der Paarberatung und -therapie ganz häufig bei belasteten Paaren zu Beginn von Therapieprozessen findet.

Darüber hinaus erweist sich in der vorgestellten Pilotstudie das Paarinterview zur Beziehungsgeschichte als ein prognostisch aussagekräftiges Instrument, um zu bestimmen, inwiefern ein Paar von einer Paarberatung profitieren kann. Natürlich muss diese Aussage insofern eingegrenzt werden, als es sich bei der Pilotstudie um eine selektive und sehr kleine Stichprobe handelt. Für die Zukunft wäre es wünschenswert, weitere Studien mit diesem Instrument mit größeren und möglichst randomisierten Stichproben durchzuführen.

Zusammenfassung

Im vorliegenden Artikel wird der neue paartherapeutische Ansatz der Emotionsfokussierten Paartherapie (EFT) vorgestellt, der die Paarbeziehung als Bindungsbeziehung konzeptualisiert. Dadurch wird ein vertieftes Verständnis der Konfliktodynamik in Paarbeziehungen möglich, was in einem neuen therapeutischen Vorgehen resultiert, das auch bei sehr starken Konfliktpaaren gute Erfolge verspricht. EFT setzt die Erkenntnisse aus Gottmans Forschungen und seiner Balance-Theorie erstmals vollständig um und ist mittlerweile sehr gut empirisch bestätigt. Eine Pilotstudie mit dem Interview zur Beziehungsgeschichte zeigt die Parallelität des Gottman'schen Ansatzes und dem bindungsorientierten Verständnis der Paarbeziehung in der EFT.

Schlüsselwörter: Emotionsfokussierte Paartherapie, Bindung, Interview zur Beziehungsgeschichte, Paarberatung, Balance-Theorie (Gottman)

Abstract

This article introduces the new approach of emotion-based relationship therapy (EFT), in which a relationship is conceived of as attachment formation, enabling a deeper understanding of the conflict dynamics in a relationship. This results in a new type of therapy that promises success even for couples severely affected by conflict. EFT, which puts the results of Gottman's research, including his balance theory, fully into practice for the first time, has also performed very well empirically. A pilot study involving an interview with a couple about their relationship history illustrates the parallels

between Gottman's approach and the attachment-based view of the relationship integral to EFT.

Keywords: emotion-based relationship therapy, attachment, relationship history interviews, relationship counselling, balance theory (Gottman)

Literatur

- Baucom, D. H., Burnett, C. K., Van Widenfeldt, B., Schilling, E., Sandin, E. & Ragland, L. (1998a). Prävention von Beziehungsstörungen und Scheidung: Eine internationale Perspektive. In K. Hahlweg, D. Baucom, R. Bastine & H. Markman (Hrsg.), *Prävention von Trennung und Scheidung – Internationale Ansätze zur Prädiktion und Prävention von Beziehungsstörungen* (S. 171–187). Stuttgart: Kohlhammer.
- Baucom, D. H., Shoham, V., Mueser, K. T., Daiuto, A. D. & Stickle, T. R. (1998b). Empirically supported couple and family interventions for marital distress and adult mental health problems. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 58, 53–88.
- Denton, W. H., Bureson, B. R., Clark, T. E., Rodriguez, C. R. & Hobbs, B. V. (2000). A rationalized trial of emotionally focused therapy for couples. *Journal of Marital and Family Therapy*, 26, 65–78.
- Dessaules, A., Johnson, S. M. & Denton, W. H. (2003). Emotion focused therapy for couples in the treatment of depression: A pilot study. *American Journal of Family Therapy*, 31, 345–353.
- Gloger-Tippelt, G. (2000). Familienbeziehungen und Bindungstheorie. In K. A. Schneewind (Hrsg.). (2000). *Familienpsychologie im Aufwind*. Göttingen: Hogrefe.
- Gottman, J. M. (1994a). *What predicts divorce*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Gottman, J. M. (1994b). An agenda for couple therapy. In S. Johnson & L. Greenberg (Eds.), *The heart of the matter: Perspectives on emotion in marital therapy* (pp. 256–296). New York: Brunner Mazel.
- Halford, W. K. (1998). Prävention von Beziehungsproblemen in Risikopartnerschaften. In K. Hahlweg, D. Baucom, R. Bastine & H. Markman (Hrsg.), *Prävention von Trennung und Scheidung – Internationale Ansätze zur Prädiktion und Prävention von Beziehungsstörungen* (S. 217–240). Stuttgart/Berlin/Köln: Kohlhammer.
- Johnson, S. (2006a). *Attachment processes in couple and family therapy*. New York: Guilford.
- Johnson, S. (2006b). *How to become an emotionally focused couple therapist*. New York: Brunner-Routledge.
- Johnson, S. M. (2009). *Die Praxis der Emotionsfokussierten Paartherapie*. Paderborn: Junfermann.
- Johnson, S. & Greenberg, L. (1985). Emotionally focused couples therapy: An outcome study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 11, 313–317.
- Johnson, S. M., Hunsley, J., Greenberg, L. & Schindler, D. (1999). Emotionally focused couples therapy: Status and challenges (A meta-analysis). *Journal of Clinical Psychology: Science and Practice*, 6, 67–79.
- Lösel, F. & Bender, D. (2003). Theorien und Modelle der Paarbeziehung. In I. Grau & H. W. Bierhoff (Hrsg.), *Sozialpsychologie der Partnerschaft* (43–77). Berlin/Heidelberg: Springer-Verlag.
- Maurischat, C., Herwig, J. E., Bengel, J. & Mittag, O. (2005). Skalen zur Erfassung der Rollenqualität von Partnerschaft (FRQ-P) und Elternschaft (FRQ-E). *Praxis Klinische Verhaltensmedizin und Rehabilitation*, 68, 76–83.
- Sanders, R. (2006). *Beziehungsprobleme verstehen – Partnerschaft lernen*. Paderborn: Junfermann.

- Sanders, R. (2009). Ehe und Beziehungstraining. In K. Lenz & F. Nestmann (Hrsg.), *Handbuch Persönliche Beziehungen* (S. 879–900). Weinheim: Juventa.
- Saßmann, H. (2001). *Die Beziehungsgeschichte: Das ewig gleiche Lied – oder der kleine Unterschied?* Münster: Verlag für Psychotherapie.
- Saßmann, H., Braukhaus, C. & Hahlweg, K. (1997). Paar-Interview zur Beziehungsgeschichte (PIB) – Kodiermanual. In H. Saßmann (Hrsg.), *Die Beziehungsgeschichte: Das ewig gleiche Lied – oder der kleine Unterschied?* (S. A 2 [Anhang]). Münster: Verlag für Psychotherapie.
- Saßmann, H., Braukhaus, C. & Hahlweg, K. (1997). PIB – Partner Interview zur Beziehungsgeschichte. In N. Klann, K. Hahlweg & N. Heinrichs (Hrsg.), *Diagnostische Verfahren für die Beratung* (S. 55–57). Göttingen: Hogrefe.
- Statistisches Bundesamt Deutschland (2008). *Ehescheidungen und betroffene minderjährige Kinder*. Verfügbar unter: www.destatis.de/jetspeed/portal/cms/Sites/destatis/Internet/DE/Content/Statistiken/Bevoelkerung/EheschliessungenScheidungen/Tabellen/Content75/EhescheidungenKinder,templateld=renderPrint.psml.
- Sydow, K. von (2002). Bindung und gestörte Paarbeziehung. In B. Strauss, A. Buchheim & H. Kächele (Hrsg.), *Klinische Bindungsforschung: Theorien – Methoden – Ergebnisse* (S. 231–241). Stuttgart: Schattauer.
- Talitman, E. & Johnson, S. (1997). Predictors of outcome in emotionally focused marital therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 23, 135–152.
- Whisman, M. A. & Uebelacker, L. A. (2006). Impairment and distress associated with relationship discord in a national sample of married or cohabitating adults. *Journal of Family Psychology*, 20(3), 369–377.

Christian Roesler, Prof., Dr., Dipl.-Psych., Psychologischer Psychotherapeut, Psychoanalytiker (C.G.-Jung-Institut Zürich), Professur für Klinische Psychologie und Arbeit mit Familien.

Katholische Fachhochschule Freiburg, Catholic University of Applied Sciences, Karlstraße 63, 79104 Freiburg, E-Mail: roesler@kfh-freiburg.de, Internet: www.kfh-freiburg.de

Rudolf Sanders, Dr. phil., Diplom-Pädagoge, Leiter der Katholischen Beratungsstelle für Ehe-, Familien und Lebensfragen Hagen und Iserlohn, Begründer der Partnerschule (www.partnerschule.de). Herausgeber der Fachzeitschrift *Beratung Aktuell* (www.beratung-aktuell.de).

Beratungsstelle für Ehe-, Familien und Lebensfragen, Hohle Str. 19a, 58091 Hagen, E-Mail: Dr.Sanders@partnerschule.de

Danksagung: Ein Dank geht an Bianca Hauser für die Auswertung der Interviews und die Darstellung der Ergebnisse.

Joachim Engl, Adrienne Keil-Ochsner & Franz Thurmaier

**Ehe-, Familien- und Lebensberatung
und empirische Erfolgskontrolle –
ein ausbaubares Verhältnis**

1. Ausgangssituation: viel Praxis – wenig Forschung

In den Beratungsstellen der katholischen Ehe-, Familien und Lebensberatung (EFL) werden jährlich über 100.000 Klienten betreut – und dies schon seit mehreren Jahrzehnten in wachsendem Umfang, da die Nachfrage nach gerade diesem Beratungsangebot ständig zunimmt. Dies spricht für die Notwendigkeit und Qualität dieser Dienstleistung, in die die katholische Kirche viel investiert, da sie es als wichtige seelsorgerische Aufgabe ansieht, bei Partnerschaftsproblemen und anderen persönlichen Lebenskrisen als Gesprächspartner zur Verfügung zu stehen (Ziegler 2003).

Trotz dieser überaus großen Praxis gibt es nur sehr wenig Empirie. Im Gegensatz zu dem riesigen beraterischen Erfahrungsschatz ist die wissenschaftlich belegte Erkenntnis über die Auswirkungen von Beratung bisher viel zu gering. Es besteht ein gravierendes Missverhältnis von Leistung in der Praxis und Forschung auf diesem Gebiet.

Empirische Forschung wird dadurch erschwert, dass die eingesetzten Methoden in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung ein breites Spektrum an Vorgehensweisen

und therapeutischen Ausrichtungen aufweisen und eine Normierung bereits im Ansatz große Probleme bereitet. Zudem existiert hier bisher keine ausreichende Forschungstradition, und es fehlt an personeller Besetzung oder gar einer eigenen Forschungsabteilung. So besteht die Gefahr, dass die Beratungsstellen zu reinen Reparaturwerkstätten verkommen (Klann 2002). Aus diesem Grund ist auch im Hinblick auf Prävention die Beratungserfahrung auszuwerten und daraus Initiativen zu entwickeln (Klann 2004).

Dass sich Forschung lohnt, zeigen die wenigen Ausnahmen, die es an Erhebungen bisher gibt, wie z.B. einige prospektive Studien, die veröffentlicht wurden.

2. Bisherige empirische Ansätze

2.1 Jahresstatistik

Um eine kontinuierliche und über lange Zeiträume stattfindende Erfassung der Klientel in den Beratungsstellen zu ermöglichen, wurde eine ‚Minimalstatistik‘ mit 14 Kategorien und 106 Items geschaffen, die derzeit von fast allen katholischen Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen genutzt wird. So ist unter Berücksichtigung des gleichen Datensatzes seit 1995 erstmals eine verlässliche und empirisch abgesicherte Grundlage für die Auswertung der Beratungserfahrung gegeben, für die nun jährlich vergleichbare Klientendaten vorliegen (Klann 2002). Trotz

dieses Fortschritts fehlen noch verbindliche Sprachregelungen für die Erfassung und Zuordnung der Items, ebenso mangelt es an einer Schulung der MitarbeiterInnen, um die Reliabilität und Validität der Erhebung zu erhöhen. Zudem wird nicht ersichtlich, ob die Beratung regulär beendet oder vorzeitig abgebrochen wurde. Es ist auch generell zu überlegen, wie noch mehr Erkenntnisgewinn aus dem gewaltigen Datenaufkommen gezogen werden kann, indem z.B. bis auf einige durchgängig erhobene Daten nicht überall oder auch nicht jedes Jahr die gleichen 106 Items ausgewertet werden, oder indem der Minimalstatistik jährlich aktuell interessierende Zusatzfragestellungen angeschlossen werden. Hier gäbe es eine ganze Reihe von Möglichkeiten - ohne nennenswerten Zusatzaufwand für die BeraterInnen - auf der Grundlage einer allgemeinen und kontinuierlichen Statistik temporär sehr gezielte Informationen zu erfassen und damit auch wieder mehr Interesse für diese Art von empirischer Routine zu entwickeln, als wenn von Jahr zu Jahr immer wieder die nahezu gleichen Daten präsentiert werden.

2.2 Retrospektive Ansätze

Bezogen auf die 1.875 Beratungsstellen, die im Deutschen Arbeitskreis für Jugend-, Ehe- und Familienberatung repräsentiert sind und die ca. 250.000 Klienten, die alljährlich die Erziehungsberatungsstellen aufsuchen, gibt

es ca. 15 retrospektive Untersuchungen, davon stehen wiederum gerade 5 der Fachöffentlichkeit zur Verfügung (Klann, 2004). Exemplarisch hierfür steht die Untersuchung der Diözese Rottenburg-Stuttgart, in der eine Nachbefragung an Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen durchgeführt wurde, mit dem Ziel, Datengrundlagen zur Qualitätssicherung im Bereich kirchlich getragener psychologischer Beratungsarbeit zu schaffen, den BeraterInnen bzgl. Ihrer fachlichen Kompetenz Rückmeldung geben zu können und um Sinn und Nutzen von Beratung gegenüber Trägern, Zuschussgebern und der Öffentlichkeit auszuweisen. In der großen Katamnesestudie wurde einfragebogen sowohl für die Ratsuchenden (16 Fragen) als auch für die BeraterInnen entwickelt. Über 600 KlientInnen und 126 BeraterInnen nahmen daran teil. In diesem Fall wurden Fragebögen und Untersuchungsplan mit den MitarbeiterInnen diskutiert und modifiziert bis breite Zustimmung erreicht war. Besonderes Gewicht erhielt dabei der Vertrauensschutz für Ratsuchende und MitarbeiterInnen (Schlude-Niessen 2002). Die Rücklaufquote betrug dann 67%. Auf Grund der ermittelten Daten ergab sich, dass 84% der Ratsuchenden die Beratung als (sehr) hilfreich erlebten; 78% gaben an, besser oder viel besser zurecht zu kommen, und 93% würden die Beratungsstelle weiter empfehlen. Die Bedeutung des beraterisch-

therapeutischen Beziehungsgeschehens wurde als zentrales Agens der Beratung bestätigt (Morbitzer 2003).

2.3 Katamnesestudien

Mit dem Projekt „BF – Beratungsbegleitende Forschung“ (Klann & Hahlweg 1994, 1995) fand erstmals eine wissenschaftlich fundierte Evaluation der Arbeit in Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen statt - mit einer Prä-, Post- und 6-Monats-Nachuntersuchung. Empirisch gesicherte Erkenntnisse über die Effektivität von Ehe- und Partnerschaftsberatung konnten zwar gewonnen werden, die ursprünglich mitintendierte Differenzierung der Ergebnisse nach spezifischen Interventionsformen steht jedoch noch weitgehend aus. Ebenso zeigte sich, dass nur ein kleiner Teil der BeraterInnen (die genaue Teilnehmerzahl betrug 84) bei der beratungsbegleitenden Forschung mitgewirkt hat; d.h. von den KollegInnen der katholischen Beratungsstellen, die alle zur Mitarbeit eingeladen waren, hat nur 1% aktiv teilgenommen. Die ursprüngliche Klientenstichprobe von 495 Ratsuchenden hingegen erscheint repräsentativ. Die Ausfallrate von 49% zur Postmessung schränkt die Aussagekraft der gewonnenen Ergebnisse erheblich ein. Zudem ist unklar, wie viele Beratungsabbrecher in der Ausfallrate stecken. An der Nachkontrollmessung nahmen nur noch 24% teil.

Globale Zielsetzung dieses Projekts war es, die Effektivität von Eheberatung unter ‚Feldbedingungen‘ systematisch zu überprüfen und zu dokumentieren (Kröger, Wilbertz, Klann 2003). Im Vergleich zur Eingangsmessung hatten Paare nach Beendigung der Beratung im durchschnitt weniger Probleme, waren mit ihrer Beziehung global zufriedener, konnten sich im affektiven Bereich besser austauschen und ihre Probleme besser bewältigen. Die erzielte mittlere Effektstärke von 0,44 (im Bereich von 0.40–0.80 spricht man von mittlerer Effektstärke) entspricht ungefähr den Werten, die die humanistisch/ psychodynamisch orientierten Psychotherapieansätze aufweisen (Shapiro & Shapiro 1982). Keine signifikanten Veränderungen ergaben sich in den hoch belasteten Problemfeldern Kindererziehung und Sexualität (Klann & Hahlweg 1995).

In den Bistümern Nordrhein-Westfalens wurde eine Folgestudie der Beratungsbegleitenden Forschung (BFII) ausgewertet, ebenfalls mit einer Prä-, Post- und Follow-up-Untersuchung nach 6 Monaten und unter Verwendung der gleichen Fragebögen. Auch in dieser Studie zeigte sich, dass die KlientInnen ihre Partnerschaft vor der Beratung als ausgesprochen unbefriedigend und unglücklich erlebten. Insgesamt ließen sich überdurchschnittlich ausgeprägte Belastungen in der allgemeinen Partnerschaftszufriedenheit, der affektiven Kommunikation, der Problemlösekompetenzen und der gemeinsamen Freizeitgestaltung

ausmachen, ebenso ein großes Konfliktpotenzial im Bereich der Sexualität, klinisch relevante depressive Verstimmungen und klinisch auffällige Beeinträchtigungen durch subjektive körperliche Beschwerden und eine geringe allgemeine Lebenszufriedenheit mit hohem Leidensdruck. So lässt sich eine typische Problem- und Belastungskonstellation für KlientInnen der Ehe- und Partnerschaftsberatung identifizieren: Überdurchschnittliche Defizite im partnerschaftlichen Miteinander im emotional-affektiven Bereich, überdurchschnittliche Unzufriedenheit mit der Sexualität v.a. der Männer; besondere Belastung und Unzufriedenheit im Bereich der Kindererziehung besonders bei den Frauen; starke Beeinträchtigung durch depressive und körperliche Symptome. Aus all diesen Befunden resultiert, wie Kröger, Wilbertz und Klann (2003) zu Recht betonen, eine hohe Verantwortung seitens der BeraterInnen und große Bedeutung der Beratungsstellen als Anlaufs- und Hilfsangebot für Ratsuchende.

Allerdings müssen die Post- und Katamnesedaten (mit niedrigen bis mittleren Effektstärken) unter großem Vorbehalt interpretiert werden, weil die Ausfallraten enorm waren.

„Während sich an der Prä-Erhebung insgesamt 857 Klienten beteiligten, nahmen an der Post-Erhebung noch 324 Klienten (also 38% der Ausgangsstichprobe teil. Von insgesamt 141 Klienten (17%) konnten Daten zu allen drei vorgesehenen Messzeitpunkten (Prä, Post, Follow-up) erhoben werden.“ (Kröger, Wilbertz und Klann, 2003, S. 139).

2.4 Katamnesestudien mit eigenen ausgearbeiteten Ansätzen

2.4.1 Partnerschule

Leider existieren im EFL-Beratungsbereich bislang kaum entsprechend evaluierte Ansätze. Zu den beiden nachweislich wirksamen zählt neben dem unter Kap. 2.4.2 erwähnten „KOMKOM“ die „Partnerschule“ von Rudolf Sanders (2000), ein ausführlich beschriebenes Verfahren mit besonderen Vorgehensweisen in Gruppen, das es bislang in der Eheberatung, die noch weitgehend vom Einzelsetting geprägt ist, nicht gab. Allerdings ist auch bei der Vorgehensweise der Partnerschule der Blick deutlich auf die Situation des einzelnen Paares vor, während und nach den Gruppenseminaren gerichtet im Sinne einer „einzel-fallorientierten Gruppenarbeit“ mit der zusätzlichen Implementierung verschiedener ergänzender Methoden.

Die aktuellen Befunde zur Effektivität nach einer Prä-, Post- und Follow-up-Erhebung nach 6 Monaten bei einer Stichprobe von 163 Klienten wurden mit dem Instrumentarium der beratungsbegleitenden Forschung ermittelt. Die durch die Partnerschule erzielten positiven Veränderungen, die sich im Zeitraum vom Beratungsbeginn bis Beratungsende ergaben, entsprechen weitgehend den Effekten, die im Rahmen der beratungsbegleitenden Forschung auf Bundesebene erzielt werden konnten. Darüber hinaus zeichnet sich ab, dass die in der Partnerschule realisierte

Vorgehensweise insbesondere auf längere Sicht Zugewinne im partnerschaftlichen Miteinander erreicht werden können, die in ihrem Ausmaß die bisherigen Befunde der BF-Forschung übersteigen (Kröger & Sanders 2002). Die Ausfallrate bis zur 6-Monatskatamnese betrug 63%.

2.4.2 KOMmunikationsKOMpetenz – Training in der Paarberatung

Das Programm „*KOMKOM*“ (Engl & Thurmaier 2002; 2003a; 2003b) 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) speziell für Beratungspaare konzipiert. Wie diese zeichnet sich *KOMKOM* durch seine hohe Wirksamkeit aus und bietet eine stringente Methodik mit messbaren Effekten und überprüfbarer Beraterkompetenz.

Die eingangs hoch belasteten TeilnehmerInnen der *KOMKOM*-Stichprobe (N = 72) verbesserten sich in allen erhobenen und veränderungsrelevanten Bereichen im Mittel statistisch hochsignifikant (mit gemittelten Effektstärken zwischen 0,57 zur Post-Erhebung und 0,65 nach 18 Monaten), mit wenigen Ausnahmen wie der sexuellen Zufriedenheit nur signifikant. Die Verbesserungen erstrecken

sich auf die Kommunikationsqualität, die individuelle physische und psychische Befindlichkeit, die Problembelastung 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 des *KOMKOM* ausgegangen werden. Männer und Frauen profitieren gleichermaßen von dem Programm. 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%) und Trennungsrate (nach 18 Monaten 17%) konnten in dieser Untersuchung sauber differenziert werden und sind hier erstmals sehr zufriedenstellend (Engl & Thurmaier 2003b). In der *KOMKOM*-Studie werden mit einer 18-Monats- und einer 36-Monatskatamnese auch erstmals langfristige Auswirkungen in der EFL-Beratung überprüft.

3. Wege der Weiterentwicklung

Aus den wenigen, aber wegberreitenden und beachtenswerten Studien, die bisher vorliegen, ergeben sich wichtige neue, teilweise ergänzende oder noch offenstehende Frage- und Problemstellungen, die dringend eine Beantwortung durch weitere Projekte erfordern. Eine kontinuierliche Evaluation des täglichen Beratungsgeschehens auf

breiter Basis mit einer geeigneten Fragebogenbatterie wäre Voraussetzung für die Schaffung einer Datengrundlage, um einen Erkenntnisgewinn für verschiedene Forschungsansätze zu ermöglichen.

Wenn sich die Ehe- und Partnerschaftsberatung der Aufgabe einer verstärkten empirischen Forschung stellen will, muss sie verschiedene, damit einhergehende Probleme in Angriff nehmen und Vorbehalte überwinden. Sicherlich ist nicht alles messbar, was in der Beratung an Wichtigem, wie Trost, Sinnfindung oder seelischer Begleitung etc. geschieht. Andere wesentliche Elemente der Beratungsarbeit können aber transparent und belegbar gemacht werden und damit verantwortliches und qualitativ gesichertes beraterisches Handeln ermöglichen.

Hindernisse in Bezug auf Evaluation und Katamnese ergeben sich oft aus einem zu umfassenden Forschungsanspruch, bisweilen aus Versagensängsten der BeraterInnen, dem Fehlen einer genauen, klaren Themenstellung, aus dem Problem der heterogenen Vorgehensweisen mit Methodenvariablen und der mangelnden Routine, das eigene Vorgehen zu beschreiben und zu begründen. Einwände resultieren auch aus der Schwierigkeit, Phänomene wie Übertragung und Gegenübertragung zu erfassen, einem großen Aufwand für vielleicht nicht wirklich bahnbrechenden Erkenntnisgewinn, aus der mangelnden Vergütung der BeraterInnen für ihren Mehraufwand, unzu-

reichender Kenntnis und Erfahrung bzgl. Empirie und der Interpretation von Daten und aus mangelnder Einsicht in die politische Notwendigkeit, überprüfbare und damit förderungswürdige Verfahren anbieten zu können.

Und selbst wenn die Vorteile einer empirischer Absicherung anerkannt werden, bleiben noch Schwierigkeiten wie, die Einigung auf Fragestellungen und Vergleichsdaten, die Wahl der Messinstrumente und Variablen, die Auswahl der Stichprobe oder auch die Frage, welche Erfolgskriterien zu Grunde gelegt werden sollen. Hier müssen verschiedene Wege der Weiterentwicklung eingeschlagen werden.

3.1 Integration von empirisch belegten Ergebnissen und daraus abgeleiteten Theorien

Beratungserfolge sollten auch spezifischen Interventionsformen differenziert werden können. Wegen der Vielfalt beraterischer Schwerpunktsetzungen seitens der multidisziplinären Teams in der EFL-Beratung war eine Analyse der Wirkungen verschiedener methodischer Zugänge bei unterschiedlichen Problemlagen (Methode A für Problem B) bisher nicht möglich. Für die Zukunft sind daher weitere Studien unumgänglich. Es gibt inzwischen eine Vielzahl von störungsorientiertem Wissen (Schulte, Grawe, Hahlweg & Vaitl, 2004), das die globalen Ansätze, v.a. der psychoanalytisch orientierten therapeutischen Schulen

hinsichtlich ihrer überprüften Effekte deutlich übertrifft. Dennoch werden daraus kaum Konsequenzen gezogen. Die Integration von empirisch belegten Ergebnissen und die daraus abgeleiteten Theorie- und Verstehensmodelle geschieht nur sehr zögerlich (Klann 2004).

3.2 Motivation der BeraterInnen

Die Beteiligung der BeraterInnen an den Studien war bisher auffällig gering. Ohne aktive, systematische Katamnestik erfahren BeraterInnen jedoch nur sehr wenig über den weiteren Verlauf bei ihren ehemaligen KlientInnen. Es stellte sich heraus, dass die BeraterInnen sich in ihrer Einschätzung über die mögliche weitere Entwicklung ihrer KlientInnen keineswegs sehr sicher sind, was aber dennoch kein größeres Informationsbedürfnis zu schaffen scheint, obwohl sich die Urteilssicherheit auch mit zunehmender Dauer der beraterischen Tätigkeit nicht erhöht. Wenn also gewünscht ist, dass PraktikerInnen der Forderung nach Qualitätssicherung mittels Katamnestik nachkommen, müsste deutlicher als bisher geschehen herausgearbeitet werden, auf welche Art und Weise BeraterInnen ganz konkret von Katamnesen profitieren könnten (Morbitzer, 2003).

3.3 Erhöhung der Teilnahmemotivation (Compliance)

Bei Mehrfacherhebungen müssen die Adressen der an der Studie teilnehmenden KlientInnen und BeraterInnen gespeichert werden. Das bedeutet, einen sicheren Datenschutz einzurichten und diesen auch entsprechend zu vermitteln, damit sich alle Beteiligten sicher fühlen können. Der Erhebungen selbst müssen gut begründet werden können und der jeweilige Aufwand muss für die StichprobenteilnehmerInnen akzeptabel sein. Bisher wurde der Erhebungsaufwand und die dafür notwendige Motivation von BeraterInnen und KlientInnen meist ohne Aufwandsentschädigung geleistet (Klann & Hahlweg 1995).

3.4 Ausfallraten minimieren

Man geht in der Regel davon aus, dass Fälle, bei denen keine Nacherhebungen angestellt werden konnten, im Mittel weniger erfolgreich verlaufen sind. Große Eingangsstichproben haben daher nur eine begrenzte Aussagekraft, wenn zur 6-Monatskatamnese 76% (BF1), bzw. 83% (BF II, NRW) nicht mehr erfasst werden können. Studien mit kleineren Fallzahlen sind insgesamt kostengünstiger, selbst wenn pro Fall mehr in die Stichprobenbetreuung investiert wird, um möglichst vollständige Daten über alle Erhebungen zu erhalten.

Damit ein möglichst hoher Datenrücklauf über die Zeit hinweg erreicht wird sind viele Details im Design und in

der praktischen Durchführung zu berücksichtigen (s. Kap. 4.), sodass die Erhebungen weder von den KlientInnen noch von den BeraterInnen als lästig empfunden sondern als sinnvoll erkannt werden können. Gelingt dies, dann sind mit kleineren Stichproben durchaus verlässlichere Ergebnisse zu erzielen als in möglicherweise zu groß angelegten Studien, bei denen es nicht gelingt, dem großen Stichprobenschwund zu begegnen. Denn hohe Ausfallraten schmälern die Zuverlässigkeit berichteter Vorher- und Nachher-Ergebnisse enorm, ganz besonders, wenn nicht geklärt werden kann, wie viele Beratungsabbrüche oder auch Trennungen in der Ausfallrate stecken. So ist auch eine frühzeitige Identifizierung von AbbrecherInnen zu Beratungsbeginn nicht möglich (Klann & Hahlweg 1995). Nur eine lückenlose Dokumentation der Beratungsarbeit wird dazu führen, mehr über die KlientInnen, die die Beratung einseitig beenden und ihre Gründe dafür zu erfahren und somit das Angebot anpassen und/oder verbessern zu können (Klann 2004).

3.5 Ausfallraten differenzieren

Ein bedeutender Faktor für Ausfälle sind Lebensveränderungen wie Trennung oder Scheidung von KlientInnen. Bisher fehlen Studien, die über die Art des Beratungsendes Aufschluss geben, da die beratungsbegleitende Forschung in der vorliegenden Form für den Einsatz bei die-

sen Paaren nicht geeignet ist. Auf Grund der Relevanz, die den Ursachen für die Ausfall- bzw. Abbruchraten zukommt, wäre eine Studie dringlich, die dieser Fragestellung gesondert nachgeht (Kröger, Wilbertz & Klann 2003). Von den gleichen Autoren wird derzeit versucht, aus einer Nachbefragung zur BF-II-Studie Hinweise zur Aufklärung der hohen Ausfallraten zu gewinnen.

3.6 Abgrenzung von Therapie und Beratung

Zusätzlich zu den Belastungen im partnerschaftlichen Bereich sind 45% der Frauen und 30% der Männer des EFL-Klientels klinisch depressiv, was zeigt, dass auch in der Beratungsarbeit ein hoher Prozentsatz von KlientInnen behandlungsbedürftige Störungen aufweist (Kröger, Wilbertz & Klann 2003). Der Zusammenhang von niedriger Partnerschaftsqualität und einer erhöhten Prävalenzrate für Depressionen (z.B. Dehle & Weiss 1998) und anderen körperlichen Beeinträchtigungen (Kiecolt-Glaser & Newton 2001) konnte vielfach belegt werden. Diese Ergebnisse sollten entsprechende Berücksichtigung in der Ausbildung finden, damit BeraterInnen hier sicher diagnostizieren und ggf. gezielt weiterverweisen können.

3.7 Zusätzliche inhaltliche Schwerpunkte

Mit neuen, exakteren Forschungsergebnissen besteht die Möglichkeit, durch Fort- und Weiterbildung die Mitarbeite-

rInnen in den Beratungsstellen noch besser an die stattfindenden Veränderungen der Gesellschaft und die damit einhergehenden Problemlagen anzupassen und das präventive Potenzial von Beratung stärker nutzen zu können. Beratungsstellen als Seismographen für Veränderungen haben eine wichtige Funktion für die Zukunft, um im Sinne eines Frühwarnsystems Trends und Veränderungen in der Gesellschaft zu erfassen und dann explizit präventive Maßnahmen bereit zu stellen. Differenziert wird dies nur geschehen können, wenn hierfür geeignete Erhebungsinstrumente eingesetzt werden, bzw. wenn die MitarbeiterInnen der Beratungsstellen zu einer gezielten Mitarbeit und gegebenenfalls auch Schulung bewegt werden können (Saßmann & Klann 2002).

Ehe- und Partnerschaftsberatung kommt gerade im Hinblick auf die anfangs sehr hohe Belastung der KlientInnen auch durch depressive und körperliche Symptome ein nicht zu unterschätzendes präventives Potenzial zu, indem durch die Klärung und Bewältigung von Partnerschaftsproblemen, z.B. einer Chronifizierung von depressiven Verstimmungen, vorgebeugt wird. Diese präventive Dimension von Ehe- und Partnerschaftsberatung leistet sicherlich einen wichtigen, noch viel zu wenig beachteten Beitrag zur Volksgesundheit und dürfte sich zudem in einer erheblichen, allerdings weitgehend unbekanntem finanziellen Entlastung des Gesundheitswesens nieder-

schlagen (Kröger, Wilbertz & Klann, 2003). Gut belegte Daten über diese Zusammenhänge könnten die hohe Qualität der Beratungsarbeit unterstreichen und für die Bewilligung von Fördergeldern sehr hilfreich sein.

Die Tatsache, dass sich in der BF-Studie nur geringe Verbesserungen in den Bereichen Sexualität und Zufriedenheit mit der Kindererziehung ergeben haben, bedeutet für die Beratungsarbeit eine Herausforderung und macht eine verstärkte Forschung in diesen Bereichen notwendig, um hier eine Transferwirkung in den Alltag hinein und damit nachhaltigere Veränderungen anstoßen zu können (Klann & Hahlweg 1994).

Für den Bereich Erziehung könnten Beratungsstellen vermehrt eine Form der Unterstützung werden, wie es z.B. Gruppenangebote für interessierte Eltern bereits in einzelnen nordrhein-westfälischen Beratungsstellen realisieren. Es wurde deutlich, dass sich die Klientel der Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen Informations- und Fortbildungsveranstaltungen zur Verbesserung der Erziehungskompetenz ausdrücklich wünscht (Kröger, Wilbertz & Klann 2003). Auch hier könnte eine wichtige präventive Wirkung erzielt werden.

4. Erste Schritte zur Entwicklung einer empirischen Kultur

Erfolgreich für die eigene Position eintreten zu können ist letztlich nur über Empirie möglich. Nur mithilfe von Katam-

nesen sind Aussagen zu den langfristigen Folgen von Therapien und Beratungen zu machen, was daher PsychologInnen und BeraterInnen ein besonderes Anliegen sein müsste (Morbitzer 2003).

Um katamnestisches Vorgehen zu fördern ist es erforderlich, die BeraterInnen schon in der Ausbildung an das Arbeiten mit qualifizierten Fragebögen heranzuführen.

4.1 Zufriedenheit mit der Beratung erfassen

Zieht man Bilanz über den bisherigen Kenntnisstand, dann gibt es nur ausreichend Daten zu der Frage „wer kommt mit welchem Anliegen zur Beratung?“ Was wir auch verstärkt wissen sollten ist das Ausmaß der Zufriedenheit der KlientInnen mit der Beratung selbst (incl. Rahmenvariablen, evtl. auch die Spendenbereitschaft).

4.2 Umgrenzte Grundfragestellung

Für einen Forschungsansatz eignet sich eine deutlich umgrenzte Grundfragestellung. *KOMKOM* ist in seinem Indikationsbereich mit seiner gezielten Evaluation hierfür ein Beispiel.

Es sollte also ermittelt werden, wie sich bestimmte Kriterien bei einer bestimmten Gruppe von KlientInnen nach einer bestimmten Vorgehensweise der Beratung verändern. Hilfreich ist dabei, auch Stichprobe, Problemstellung und Methoden einzugrenzen und genau und konkret zu

fragen, „was interessiert am meisten; was könnte für die Beratung vordringlich nützlich sein?“ Beispielhafte, praxisnahe Fragestellungen und Hypothesen im Rahmen von kleinen gut durchdachten und vorbereiteten Studien sollte die Compliance der BeraterInnen für katamnestische Erhebungen erhöhen. In dieser Hinsicht ist noch viel zu tun, denn für die Reflexion der eigenen Arbeit werden bislang fast ausschließlich Supervision, kollegiale Fallbesprechungen, Fort- und Weiterbildung und eigene Therapieerfahrungen als qualitätssichernde Maßnahmen angesehen. Das Potenzial von Katamnestik in ihrer Binnenwirkung für eine Verbesserung der Beratungsarbeit hingegen wird bisher als eher gering bewertet. Im Gegensatz dazu erscheint BeraterInnen Katamnestik in ihrer Legitimitätsfunktion hinsichtlich ihrer Außenwirkung auf Zuschussgeber, Träger und Öffentlichkeit als wichtiger Bestandteil der Beratungsarbeit (Morbitzer 2003).

4.3 Motivierung der BeraterInnen

Eine bessere Motivierung der BeraterInnen zur Teilnahme an Projekten der beratungsbegleitenden Forschung kann nur gelingen, wenn dafür bestehende Hemmschwellen durch Publikationen, Fortbildungsveranstaltungen oder Diskussionsforen abgebaut werden. Transparenz und positives Feedback erleichtern es BeraterInnen, beratungsbegleitende Forschung nicht als unliebsame Kontrol-

linstanz misszuverstehen, sondern als Chance, Beratung weiter zu professionalisieren, um so eine optimale Klientenorientierung zu gewährleisten.

4.4 Katamnestisches Vorgehen

Für die Durchführung einer katamnestischen Studie wäre ein quasi-experimentelles, prospektives Vorgehen mit einer Prä-, Post- und Follow-up-Erhebung mindestens 6 Monate nach Abschluss der Beratung wie es in der BF-Studie angewandt wurde, das Mittel der Wahl. Für die Auswertung ist wichtig, auch Effektstärken anzugeben, um zusammenfassende Wirksamkeitsaussagen treffen zu können und die Ergebnisse in ein vergleichbares, standardisiertes Maß zu überführen (Kröger & Sanders 2002).

4.5 Normierte ökonomische Erhebung und Förderung der Compliance

Die Fragebogenbatterie (für die KlientInnen) sollte ausschließlich normierte und in Forschung und Praxis etablierte diagnostische Erhebungsinstrumente umfassen, im Umfang aber begrenzt sein, um auch da die Hemmschwellen und den Arbeitsaufwand zu vermindern, was gleichermaßen auch für die BeraterInnen gelten muss. Ein guter Service seitens der Projektleitung (z.B. Anleitung, einfache Durchführbarkeit, Bereitstellung der Unterlagen, frankierte Rückkuverts, rasche und verständliche Rück-

meldung etc.) sollte aus Gründen der Ökonomie für alle Beteiligten ein günstiges Kosten- /Nutzenverhältnis aufweisen. Um diesem Anspruch unter knapper werdenden Finanzmitteln gerecht zu werden, könnte für jede(n) Klientin/en 1 Euro für Forschungsvorhaben bereitgestellt werden, so ein Vorschlag von Klann (2004). Diese Summe wäre gemeinsam von der öffentlichen Hand als Zuschussgeber und den freien Trägern aufzubringen, damit das Beratungsangebot kontinuierlich verbessert werden kann. Ein weiterer, sehr wichtiger Faktor ist die Senkung der hohen Drop-out- und Abbrecher-Raten, die bei den bisherigen Studien üblich waren. Eine Differenzierung zwischen KlientInnen, die die Beratung abgebrochen und jenen, die nur die Teilnahme an der beratungsbegleitenden Fragebogenaktion beendet haben, steht dabei noch aus. Auch hier ist jedoch ein Abbruch nicht notwendiger Weise auf Widerstände der KlientInnen zurück zu führen, sondern könnte auch durch die Arbeitsbelastung der BeraterInnen bedingt sein, die eventuell versäumten, die entsprechenden Fragebögen auszuhändigen oder die KlientInnen nach Beratungsende erneut zu kontaktieren.

4.6 Förderung der Selbstevaluation

Für die EFL-Beratungsstellen führt nur eine kontinuierliche Selbstevaluation zu einer empirisch abgesicherten Erfahrung, die dann auch als Grundlage zu einer Verbesserung

und Fortentwicklung der Weiterbildungskurse und des Curriculums der Ehe-, Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung genutzt werden und standardisierte Kriterien zur Eignungsprüfung von WeiterbildungskandidatInnen liefern kann. Selbstevaluation könnte zu einer eigenen Theoriebildung führen und wichtige Bausteine für eine eigenständige Beratungslehre liefern. Dies hat auch deshalb große Bedeutung, weil sich die Ehe-, Familien- und Lebensberatung zu einer Fachsäule entwickelt hat, die auf Bundes- und Länderebene zum unverzichtbaren Bestandteil der psychosozialen Versorgung in der Bevölkerung geworden ist. Daraus ergibt sich ein hoher Anspruch an die beraterische Qualitätssicherung und Weiterentwicklung für den wissenschaftlichen Erkenntnisgewinn aber auch im Hinblick auf ethische Gesichtspunkte, die sich aus der Verantwortung gegenüber den ratsuchenden KlientInnen und auch Förderinstitutionen ergeben (Klann 2002).

Die Entwicklung einer empirischen Kultur, zu der das Arbeiten mit qualifizierten Fragebögen gehört, ist Voraussetzung für jede weiterführende Forschung. Da sich auch bei identischen Problemen der KlientInnen die beraterischen Methoden und Arbeitsweisen auf Grund der unterschiedlichen Grundqualifikationen und Ausrichtungen der MitarbeiterInnen in den Beratungsstellen unterscheiden, würde die regelmäßige Dokumentation des Beratungsprozesses durch Selbstevaluation eine hilfreiche Grundlage bieten,

um prüfen zu können, wo die Grenzen und Möglichkeiten der verschiedenen Arbeitsweisen liegen. Auf diese Weise ließe sich Beraterisches Know-how besser sammeln, auswerten und weiterentwickeln. Die Merkmale eines multiprofessionellen Teams und integrative Ansätze in der Beratung bedeuten ein Qualitätsspezifikum, dessen Ressourcen noch explizit herauszuarbeiten wären. Explizite störungsbezogene Kenntnisse sind notwendig, da nicht davon auszugehen ist, dass Transfer- und Analogiebildungen, die sich aus dem jeweiligen theoretischen Ansatz ableiten lassen, in der Lage sind, auf den größten Teil der vielfach sehr differenzierten Klientenprobleme gezielt eine Antwort zu geben. Ähnliche Probleme entstehen, wenn die Entwicklungen der Fachhochschulen betrachtet werden, die gleichfalls in die Beratungsarbeit hineindrängen. Die dort zu erwartenden Qualifizierungen vermitteln eher Grundfertigkeiten, die bezogen auf die KlientInnen in den Beratungsstellen noch nicht ausreichen dürften, wie auch eine empirisch abgesicherte Basis für das Curriculum der Fachhochschulen fehlt (Klann 2004).

4.7 Fachveröffentlichungen

Genauso wichtig wie das Nachweisen der Wirksamkeit ist das „Sichtbarmachen“ des Geleisteten, sprich: Veröffentlichungen der Eheberatung. Ähnlich wie die im Institut entwickelten Paarprogramme, deren Inhalte, Methodik und

Ergebnisse auch in amerikanischen Fachzeitschriften diskutiert werden (zuletzt Schilling, Baucom, Burnett, Allen & Ragland 2003; Baucom, Hahlweg, Engl, Thurmaier & La-Taillade 2004), muss auch die Qualität der Beratungsarbeit in der Fachwelt mehr Beachtung finden.

5. Das (fach-)politische Risiko

Auf die Lücken bei den bisherigen Effektivitätsnachweisen zeigen Kritiker inzwischen deutlich schärfer. So schreibt z.B. Albert Wunsch, Leiter eines katholischen Jugendamtes, noch dazu in „Blickpunkt EFL-Beratung“ von „wirkungslosen oder abhängig-machenden Beratungsstellen“ und fügt sarkastisch hinzu: „Beratungseinrichtungen, die durch Fallzahlen und nicht durch Erfolgsmeldungen ihre Effizienz nachweisen können, brauchen sich keine finanziellen Sorgen zu machen. Lange Wartezeiten dienen meist als Gradmesser für Wichtigkeit und Qualität“ (Wunsch 2003).

Beratungsstellen müssen sich aber durchaus finanzielle Sorgen machen. Und die generell knappen Kassen werden der öffentlichen Hand ein willkommener Anlass sein, genauer hinzuschauen, wie effektiv die von ihnen finanziell unterstützten Maßnahmen tatsächlich sind. Ganz neu ist dieses Problem allerdings nicht. Seit vielen Jahren mahnt der Wissenschaftliche Beirat für Familienfragen

beim Bundesministerium für Familien und Senioren mehr Transparenz und begleitende Forschung in der Beratungsarbeit an (Bundesministerium für Familie und Senioren 1993). Zusätzlich ist in Folge des Gesundheitsreformgesetzes von 1989 auch im Beratungsbereich der Druck gewachsen, Qualitätssicherung zu betreiben und die Effektivität des eigenen Handelns auch mithilfe katamnesticcher Untersuchungen zu belegen (Morbitzer 2003).

Auch im Zusammenhang mit dem Forschungsgutachten zum Psychotherapeutengesetz und den Arbeiten zur Qualitätskontrolle in der Psychotherapie (Grawe, Donati & Bernauer 1994) stellt sich für die Ehe- und Partnerschaftsberatung die Frage, wie ihre Effektivität besser aufgezeigt und belegt werden kann. Gleichzeitig ergibt sich die Notwendigkeit, das besondere Profil des Beratungsangebotes gegenüber der psychotherapeutischen Tätigkeit zu verdeutlichen (Klann & Hahlweg 1995).

Nicht zu vergessen sind die politischen Risiken einer Vernachlässigung belegbaren Beratungserfolgs für die langfristige Finanzierung. Niedergelassene PsychotherapeutenInnen aber auch universitäre Einrichtungen wollen den Beratungsmarkt für sich erobern. Was die fachliche Weiterentwicklung anbelangt, gibt es innerhalb der EFL-Beratung Überlegungen, externe Konzepte, den eigenen Ansätzen vorzuziehen. Jüngstes Beispiel ist die Annäherung an die Arbeitsgruppe um Prof. Bastine von der Pra-

xis- und Forschungsstelle für Psychotherapie und Beratung der Universität Heidelberg. Es gibt seitens des Bundesverbandes katholischer Eheberaterinnen und Berater, die Idee, dass deren Konzept der „Mediation von Partnerschaftskonflikten“ (Römer-Wolf, Theilmann-Braun & Bastine 2003; Theilmann-Braun, Römer-Wolf & Bastine 2003), obwohl bisher ohne ausreichende Erfolgsnachweise für die EFL-Beratung, verpflichtend in diese integriert werden soll (Klann 2004). Auch diese Entwicklung muss als Folge mangelnder Evaluation eigener beraterischer Ansätze gesehen werden.

Zusammenfassung

Trotz großer Praxis mit jährlich mehr als 100.000 KlientInnen gibt es in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung nur sehr wenig empirische Forschung. Anhand von konkreten Beispielen und Hinweisen werden Wege der Weiterentwicklung und konkrete Schritte zu einer empirischen Kultur aufgezeigt, um in der Beratung evaluatives und katamnethisches Arbeiten anzuregen, wie es das Bundesministerium für Familien und Senioren seit Längerem fordert. Ohne genügend empirische Wirksamkeitsnachweise und eine empirische Befunde stärker berücksichtigende Qualitätssicherung von Beratung droht die Gefahr, durch knapper werdende Mittel und wachsende Konkurrenz gesellschaftspolitisches Ansehen und finanzielle Ressourcen zu verlieren.

Stichworte: Beratungsbegleitende Forschung, Evaluation und Qualitätssicherung in der Eheberatung

Summary

Despite a large practical experience with more than 100,000 clients every year, there is only very little empirical research in the German marriage, partnership and family counselling. With concrete examples and notes ways of the further development and concrete steps to an empirical culture in counselling are shown, in order to encourage more follow up evaluations, how it has been demanded by the German federal department for families. Without sufficient empirical proofs of effectiveness and a quality management taking empirical results more into account marriage counselling runs the risk of losing social reputation and financial resources.

Keywords: Marriage counselling research, evaluation and quality management in marriage counselling

Literatur

- Baucom, D. H., Hahlweg, K., Engl, J., Thurmaier, F. & LaTaillade, J. J. (2004). The Long-term Prediction of Marital Quality. Following a Marital Prevention Program: Is It Always Constructive to be Positive? *Journal of Family Psychology* (Im Druck).
- Bundesministerium für Familie und Senioren (Hrsg.) (1993). Familie und Beratung. Gutachten des wissenschaftlichen Beirats für Familienfragen beim Bundesministerium für Familie und Senioren. Kohlhammer: Berlin.
- Dehle, C. & Weiss, R.L. (1998). Sex differences in prospective associations between marital quality and depressed mood. In *Journal of Marriage and the Family*, 60, S. 1002-1011.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2002). Kommunikationskompetenz in Partnerschaft und Familie. In B. Rollett & H. Werneck (Hrsg.) *Klinische Entwicklungspsychologie der Familie* (S. 326-350). Göttingen: Hogrefe.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2003 a). 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. (2003 b). *KOMKOM – Kommunikationskompetenz – Training in der Paarberatung. Handbuch für ausgebildete Kursleiter*. München: Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.
- Grawe, K., Donati, R. & Bernauer, F. (1994). *Psychologie im Wandel. Von der Konfession zur Profession*. Göttingen: Hogrefe.
- Hahlweg, K., Markman, J. H., Thurmaier, F., Engl, J. & Eckert, V. (1998). Prevention of Marital Distress: Results of a German Prospective Longitudinal Study. *Journal of Family Psychology*, 12, S. 543-556.
- Kiecolt-Glaser, J.K. & Newton, I. (2001). Marriage and health: His and hers. In *Psychological Bulletin*, 127, S. 472-503.
- Klann, N. (2002). Entwicklung einheitlicher Standards in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung. *Beratung Aktuell, Heft 2/02*, S. 95-111.
- Klann, N. (2004). Partnerschaftskompetenz als Herausforderung. Das institutionelle Beratungsangebot an einem Scheideweg. *Beratung Aktuell (im Druck)*.
- Klann, N. & Hahlweg, K. (1994). Beratungsbegleitende Forschung – Evaluation von Vorgehensweisen in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung und ihre spezifischen Auswirkungen. In Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend: *Schriftenreihe Band 48.1*. Stuttgart: W. Kohlhammer.
- Klann, N. & Hahlweg, K. (1995). Erhebung über die Wirksamkeit von Eheberatung. In *System Familie*, 8, S. 66-74.
- Kröger, C. & Sanders, R. (2002). Klärung und Bewältigung von Partnerschaftsstörungen in und mit Gruppen. Effektivität und Effizienz des paartherapeutischen Verfahrens Partnerschule. *Beratung Aktuell, Heft 4/02*, S. 176-195.
- Kröger, C., Wilbertz, N. & Klann, N. (2003). Wie wirksam ist Ehe- und Paarberatung? Ergebnisqualitätssicherung in den katholischen Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen. *Beratung Aktuell, Heft 4/03*, S. 136-157.
- Morbitzer, L. (2003). Katamnestic – Anspruch und Realität. *Beratung Aktuell, Heft 2/03*, S. 49-59.
- Römer-Wolf, B., Theilmann-Braun, C. & Bastine, R. (2003). Mediation von Partnerschaftskonflikten als Beziehungsarbeit. *Beratung Aktuell, Heft 4/03*, S. 200-219.
- Sanders, R. (2000): Partnerschule...damit Beziehungen gelingen! Grundlagen-Handlungsmodelle-Bausteine-Übungen. Erprobte Wege in Eheberatung und Paartherapie. Paderborn: Junfermann.

- Saßmann, H. & Klann, N. (2002). Beratungsstellen als Seismographen für Veränderungen in der Gesellschaft. Freiburg: Lambertus.
- Schilling, E. A., Baucom, D. H., Burnett, C. K., Allen, E. A. & Ragland, L. (2003). Altering the course of marriage: The effect of PREP communication skills acquisition on couples' risk of becoming maritally distressed. *Journal of Family Psychology*, 17(1), S. 41-53.
- Schlude-Nießen, U. (2002). „... das machte mir Mut...“ Über die Dokumentation einer Nachbefragung an psychologischen Beratungsstellen. *Wege zum Menschen*, 54/02, S.177-181.
- Schulte, D., Grawe, K., Hahlweg, K. & Vaitl, D. (Hrsg.). (2004): *Ratgeber zur Reihe Fortschritte der Psychotherapie*. Göttingen: Hogrefe.
- Shapiro, D. A. & Shapiro, D. (1982). Meta-analysis of comparative therapy outcome studies: A replication and refinement. *Psychological Bull* 92, S. 581-604.
- Theilmann-Braun, C., Römer-Wolf, B. & Bastine, R. (2003). Vom Beziehungsk(r)ampf zu Verhandlungen über Alltägliches. *Familiendynamik*, Heft 3/03, S. 338-355.
- 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, S. 54-62.
- Wunsch, A. (2003). Von wirkungslosen oder abhängig machenden Beratungsstellen. *Blickpunkt EFL-Beratung*, Okt./03, S. 33-34.
- Ziegler, T. (2003). Berater verteilen keine Patentrezepte. *Psychologie Heute*, Dez./03, S. 26-29.

Joachim Engl, Dr. rer. nat., Diplom-Psychologe; Psychologischer Psychotherapeut; Supervisor (BDP, BAG); Ehe-, Familien- und Lebensberater (BAG). Mentor in der Aus- und Fortbildung von Ehe-, Familien- und LebensberaterInnen. Mitentwickler der öffentlich geförderten Paarkommunikationstrainings *EPL*, *KEK* und *KOMKOM*. Leiter der angewandten Forschung im Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.

Adrienne Keil-Ochsner, Diplom-Psychologin; Ehe-, Familien- und Lebensberaterin (BAG); Kommunikationstrainerin; freie wissenschaftliche Mitarbeiterin am Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.

Franz Thurmaier, Dr. rer. nat., Diplom-Psychologe Psychologischer Psychotherapeut; Supervisor (BDP, BAG); Ehe-, Familien- und Lebensberater (BAG). Mentor in der Aus- und Fortbildung von Ehe-, Familien- und LebensberaterInnen. Mitentwickler der öffentlich geförderten Paarkommunikationstrainings *EPL*, *KEK* und *KOMKOM*. Leiter des Instituts für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie.

Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie e.V.
 Rückertstraße 9, D - 80336 München, Telefon 089/ 544311-0,
 Internet: www.institutkom.de, E-Mail: info@institutkom.de

Buchbesprechungen

Rita E. Kaufmann

Selbstbestimmung und Beziehungslernen. Achtsamkeit im Schulleben vermitteln
Beltz Verlag, Weinheim 2011, € 24,95 €

Das Buch beschäftigt sich mit der persönlichen Herausforderung, wie die eigene Achtsamkeit einen Lehrer belastbarer macht. Daraus folgend wird aufgezeigt wie Kinder, die sich akzeptiert und ernst genommen fühlen, gerne lernen, leistungsfähiger sind und Verantwortung für das eigene Handeln übernehmen.

Das Buch stellt im ersten Teil anschaulich und wissenschaftlich fundiert unter der Fragestellung „Wer bin ich?“ das Selbstkonzept des Erwachsenen/des Lehrers dar. Besonders interessant sind die Ausführungen zum Selbstkonzept des Lehrers. Der Notwendigkeit die Interessen der Kinder und Jugendlichen in den Unterricht einzubauen und sie somit für das Fach zu gewinnen stimme ich zu. Nur dann fühlen sich Kinder und Jugendliche ernst genommen, fassen Vertrauen und beginnen zu lernen. Für ähnlich wichtig halte ich die Ausführungen dazu, dass Schülerinnen und Schüler mit ihren Stärken und Schwächen, ihrer Einmaligkeit wahrgenommen werden müssen. Jedoch muss an dieser Stelle angemerkt werden, dass das Buch wenig Praxistipps gibt, wie dies in einer Klasse mit 30 Schülerinnen und Schülern umgesetzt werden soll. Die individuellen Stärken und Schwächen von so einer großen Anzahl von Kindern herauszustellen benötigt Zeit und sehr viel Erfahrung, beides ist nicht immer gegeben.

Gleiches gilt für die Ausführungen zur Entwicklung des Selbstkonzeptes beim Kind, die durch Eltern und Pädagogen begleitet wird. Auch hier werden wichtige wissenschaftliche Erkenntnisse dargelegt. Besonders interessant ist die Erkenntnis, dass Kinderleben und Schule häufig nicht mehr zusammenpassen. Kinder hätten verlernt zuzuhören, sich für etwas anzustrengen oder auch sich eigene Ziele zu setzen. Die auch im Buch genannte, meiner Meinung nach sehr wichtige Forderung nach kleineren Lerngruppen, würde es auch ermöglichen, Kinder und Jugendliche beim Aufbau des Selbstvertrauens und der Selbstbestimmung angemessen zu unterstützen. Forderung wie „Ich baue zu dem Kind eine besondere Beziehung auf, sodass es sich angenommen und sicher fühlen kann.“ (S. 44) ist meiner Meinung nach wichtig, jedoch bei 30 Kindern in der Klasse und unter Umständen einem einstündigen Fach nicht umsetzbar, beziehungsweise ein sehr langer Weg.

Im weiteren Verlauf des Buches wird der Begriff Stress näher erläutert und interessante Bewältigungsstrategien werden vorgestellt. Die Ausführungen dazu helfen, sich bewusst zu machen, wie stressanfällig man selber ist und bietet erste Möglichkeiten dagegen anzugehen.

Es folgen Erläuterungen zum Selbstwertgefühl. Hier ist besonders der Zusammenhang interessant, wie sich Kritik eines Erwachsenen auf das Selbstwertgefühl der Kinder auswirkt in der Konsequenz Pessimismus oder Optimismus entstehen lässt. Die Bewusstmachung zwischen nicht globaler und globaler Kritikäußerung ist wichtig, wenn man die großen Auswirkungen auf das Selbstwertgefühl bedenkt. Auch den Hinweis auf die Unterscheidung zwischen Person und Verhalten ist für die Praxis hilfreich, denn die Beziehung zwischen Lehrern und Schülern ist maßgeblich für erfolgreiches Lernen.

Nachdem es zunächst um das Selbstkonzept und dessen Analyse ging, steht im letzten Kapitel die Veränderung der Lebensführung im Vordergrund. Hier werden verschiedene Bereiche thematisiert, sodass der Leser selbst die Möglichkeit hat, sich einen für ihn relevanten Bereich herauszusuchen. Als Beispiel seien die Ausführungen zum sinnvollen Umgang mit der eigenen Zeit genannt.

Insgesamt zeigt das Buch interessante Erkenntnisse zum Thema Selbstbestimmung und Beziehungslernen, die theoretisch fundiert sind. Es fehlen jedoch konkretere Tipps für die Praxis, die man bei Betrachtung des Untertitels „Achtsamkeit im Schulleben vermitteln“ erwartet.

Julia Schindler, Realschullehrerin Iserlohn

Schirin Homeier & Barbara Siegmann-Schroth*Aktion Springseil**Ein Kinderfachbuch für Kinder, deren Eltern sich getrennt haben*

Mabuse Verlag, 2011 Frankfurt am Main, € 22,90

Für Kinder ist es immer mit großem Schmerz verbunden, wenn ihre Eltern sich nicht mehr verstehen, wenn häufig dadurch Streit das Klima in der Familie vergiftet wird und sie sich letztendlich trennen. Sie verstehen überhaupt nicht, was bei den Erwachsenen abläuft und nicht selten geben sie sich für das übel gelaunt Sein von Mutter oder Vater die Schuld. „Wenn ich nur etwas lieber wäre!“ „Wenn ich bessere Leistung der Schule brächte!“ usw. sind die Selbstvorwürfe. Die Erwachsenen sind oft so mit sich beschäftigt, dass sie gar nicht mitbekommen, welche Auswirkungen die Streitereien und die Trennung auf ihre Kinder haben und was in ihren Seelen vorgeht. Das vorliegende Buch, ein Bilderbuch, bietet in dieser Situation Kindern eine Verstehens- und Übersetzungshilfe. Vor allen Dingen macht es deutlich, dass es sich um Probleme der Erwachsenen handelt, an denen sie als Kind keine Schuld haben. Neben dieser zentralen Aussage erfahren sie auch, dass Reaktionen von Bauchschmerzen, über schlechte Schulnoten oder mangelnde Konzentrationsfähigkeit in diesem Zusammenhang ganz normal sind. Auch wenn ein Kind den Kontakt zu einem Elternteil vermeidet, um nicht zwischen die Mühlen zu geraten und nicht in Loyalitätskonflikte zu kommen, wird als mögliche selbstverständliche Reaktion beim Namen genannt.

Abgerundet wird die Veröffentlichung mit einem Glossar in dem in kindgerechter Weise solche Begriffe wie Familiengericht, Jugendamt oder elterliches Sorgerecht erklärt werden. Auf hilfreiche Telefonnummern für Kinder wird ebenso hingewiesen, wie auf die Möglichkeiten, im Rahmen einer Beratungsstelle an einer Gruppe für Trennungskinder teilzunehmen. Im dritten Teil, dem Abschnitt für erwachsene Leser bekommen Eltern Hilfestellung, wie sie ihre Kinder in der Trennungsphase trotz allen unterstützen können. Endlich ein Buch, das Kindern in der traumatischen Situation der Trennung ihrer Eltern Orientierung gibt.

*Dr. Rudolf Sanders***Bernd Weidenmann***Handbuch Kreativität*

Beltz Verlag 2010, Weinheim, € 39,95

Haben Sie schon einmal von der K-Software gehört, der Kreativitätssoftware? Sie müssen kein technisches Talent besitzen, um sie zu installieren, aber Sie brauchen eine große Offenheit für Neues.

Um es gleich vorweg zu nehmen: Ich habe das „Handbuch Kreativität“ mit sehr viel Freude und Begeisterung gelesen.... Ich vermute, Sie werden bald verstehen, warum.

Das oberste Motto des Buches lautet „Es gibt eine Möglichkeit, es besser zu machen – finde sie!“ Hierbei handelt es sich um ein Zitat von Thomas Alva Edison, der neben zahlreichen anderen Dingen die Glühbirne und den Kaugummi erfunden hat. Zum Erfinden gehört Kreativität. Wie aber definiert Weidenmann Kreativität? Er sagt z.B. „Kreativität ist Licht“ (S. 7), Kreativität sucht Neues, ist freies Spiel, geistiges Gleitschirmfliegen, „kreativ heißt schöpferisch“ (S.12), „Kreativität fängt da an, wo der Verstand aufhört, das Denken zu behindern“ (S. 11) oder anders ausgedrückt „Kreativ sein heißt, das Denken befreien!“ (S.9)

Das Buch ist einerseits für Selbstlerner gedacht, andererseits für Trainer, die K -(= Kreativitäts-)Seminare durchführen wollen – für beide ist es ein K-Training, um K-Kompetenz zu erwerben.

Wenn Sie vielleicht etwas zögernd meinen sollten, Kreativität sei nur etwas für herausragende, irgendwie besondere Menschen, dann rät Weidenmann, diese Denkweise zu verlassen, denn sie hindert Sie, „Spaß am Denken-Befreien“ (S. 13) zu bekommen. Ist die K-Software erst mal in Ihrem Gehirn installiert, läuft sie im Hintergrund ab und regt Sie an, Neues auszuprobieren. Dieser „Kreativitätsschrittmacher“ wird ihr Leben verändern, so der Autor. Bei jeder Gelegenheit im Alltag könnte es dann nämlich passieren,

dass Sie sich mit Ernst oder Vergnügen fragen, was sie wohl anders machen könnten als bisher.

Um Kreativität zu „verstehen“, lädt Weidenmann in sechs anschaulich gegliederten Kapiteln dazu ein, jedes Kapitel wie einen Raum zu betreten und diesen zu erkunden.

Die ersten beiden Kapitel beinhalten den sogenannten „kreativen Methodenkoffer“. Während sich in Kapitel 1 die Lernwerkstatt befindet, in der unterschiedliche Werkzeuge (= 30 Kreativitätsmethoden) mit Gebrauchsanweisung vorgestellt werden, umfasst Kapitel 2 sieben Beispielfälle mit Bearbeitungsvorschlag, wie die K-Methoden genutzt werden können.

Die Kapitel 3 und 4 sind das Sportstudio, an dessen Wand sich Trainingsvorschläge für die K-Fitness sowie Trainingsgeräte befinden. Als K-Trainer haben Sie in den letzten drei Kapiteln eine Teilnehmergruppe vor sich, der Sie ein perfektes Seminar bieten können.

Wenn Sie das Vorangehende nun richtig neugierig gemacht hat, sollten Sie hier unbedingt weiterlesen.

Die besten Kreativitätsmethoden - Weidenmann ordnet sie vier verschiedenen Etappen zu: die erste um das Ziel zu klären, die zweite um Ideen zu finden, die dritte um Ideen zu bewerten und die vierte, um Ideen umzusetzen. Er beschreibt die Methoden mit zahlreichen Beispielen aus allen Lebens- und Arbeitsbereichen, versehen mit Tipps und Hinweisen. Jede Methode hat ein Motto, liest sich spannend und eröffnet neue Horizonte, macht Lust auf Mehr, Neues auszuprobieren und darüber hinaus im Tun selbst Neues zu schaffen. Der Leser wird mit den Methoden vertraut gemacht, erfährt dessen Wirkung, was gut an ihnen ist, aber auch wo es manchmal hakt.

Galt es in der ersten Etappe, ein Ziel zu präzisieren bzw. zu klären, ist in der nachfolgenden Etappe das Finden von Ideen mittels Methoden wie dem bekannten Brainstorming oder der Variante Brainwalking bzw. dem Brainwriting-Pool beschrieben. Sie können aber auch die Kopfstand-Methode (Umkehrtechnik), die Promi-Methode oder die Clickingliste nutzen. Ganz wichtig auch die dritte und ziemlich heikle Etappe, denn hier werden Ideen bewertet und ausgewählt. Methoden mit Namen wie „Kalt bis heiß“, „Zwei und Zwei“, „Kriterienmatrix“ oder „Farbige Hüte“ helfen mit differenzierten Grundlagen bei der Bewertung und schließlich Entscheidung für eine Idee. Und natürlich bietet das Buch die wesentlichen Methoden für eine gute Umsetzung.

Die sieben bereits erwähnten Fallbeispiele dienen dazu, die Anwendung der K-Methoden zu lernen. Dabei werden die Fälle genau beschrieben, zur intensiveren Wahrnehmung jeweils ein Profil des Fallbeispiels erstellt, Anreize geschaffen, die die Teilnehmer motivieren, den Fall zu bearbeiten und schließlich die Fallbearbeitung selbst, bei der gezeigt wird, welche K-Methode eingesetzt werden könnte.

Kreativität lässt sich auch wunderbar im Alltag leben. Unter der Überschrift „Ihr kreativer Alltag“ schließen sich Tipps an, die zum Einstieg in das kreative Leben helfen können. Anhand von Beispielen können Sie Kreativität ganz praktisch im Alltag umsetzen lernen. Voraussetzung ist aber, dass die K-Software bei Ihnen installiert ist und Sie Ihr gewohntes Leben in ein kreatives Leben verwandeln wollen, dann werden Sie, so Weidemann, „locker, spielerisch und neugierig. Kreativität macht gute Laune. Und sie macht das Leben leichter...“ (S. 168) Die einzige Bedingung ist, dass man das kreative Leben nie mehr aufgeben darf.

Auch wenn man gerade kein Problem hat, kann man dennoch „kreatif“ bleiben, denn es gibt auch Tipps und Hintergrundwissen durch Informationen u.a. über das kreative Gehirn, kreatives Schreiben oder Kreatif-Gymnastik. Abgerundet wird das Thema mit allerlei Wissenswerten und Unterhaltsamen zur Kreativität.

Für diejenigen, die selber K-Seminare leiten wollen, ist der letzte Teil mit den Kapiteln 5 bis 8 besonders interessant. Ausführlich wird über das K-Training, das Installieren der K-Software und die Situation der Seminarteilnehmer informiert. Sogenannte „Dont's und Dos für Trainer“ helfen, einen guten Einstieg in das Seminar zu finden, geben weitere wertvolle Hinweise für dessen Durchführung und weisen vorab auf mögliche Fehler hin. Die anschließende Darstellung des K-Seminars als Steckbrief und Drehbuch sind eine hervorragende Anleitung: das Organisatorische zum einen, vor allem aber ist der Ablauf des Seminars in mehreren Modulen so spannend und abwechslungsreich dargestellt,

dass bei jedem Leser spätestens hier das Bedürfnis geweckt worden sein müsste, entweder an einem solchen Seminar teilzunehmen oder selber eines zu leiten. Ich jedenfalls habe große Lust, die K-Software bei mir zu installieren.

Ines Bader, Dipl. Päd. Berlin

Franz Ruppert

Symbiose und Autonomie

Symbiosetrauma und Liebe jenseits von Verstrickungen

Klett-Cotta, Stuttgart 2010, € 27,95

Das Buch fasziniert mich aus zwei Gründen. Als Paartherapeut begegne immer wieder dem Phänomen, das zwei Menschen, trotz des Einhaltens der Regeln für eine „gelingende Beziehung“, nicht zueinander finden. Immer wieder verletzen sie sich, verstricken sich in gegenseitigen Vorwürfen, ohne dass sie eigentlich die Hintergründe benennen könnten. So ist für mich der Blick auf die frühen Beziehungsmuster in der Herkunftsfamilie ein wichtiger Schlüssel des Verstehens. In dem vorliegenden Werk widmet sich der Autor der engen Beziehung zwischen Mutter und Kind, auch benannt als Symbiose und seinen Auswirkung auf den weiteren Lebenslauf. Er begreift Symbiose als eine Grundform menschlichen Zusammenlebens. Es gibt immer mehr oder weniger Symbiose bzw. verschiedene Formen sowohl zu Mutter und Vater, zu den Geschwistern, auch zu anderen Menschen oder zu nicht menschlichen Lebewesen. Entscheidend ist daher also nicht so sehr die Frage, ob Menschen symbiotisch Leben sondern wie und in welchen Lebensphasen welche Formen von Symbiose notwendig und angemessen sind und ab wann sie ihren Dienst erfüllt haben. Unter diesen Voraussetzungen steht der Begriff im Spannungsverhältnis zum Begriff des selbstständigen und autonomen Individuums im Rahmen von Einzelbeziehungen, Gruppen oder größeren Kollektiven.

Die entscheidende Forschungsfrage zielt auf die Auswirkungen der Frustration symbiotischer Bedürfnisse zu der Zeit, wenn Menschen nicht allein existieren können, wenn sie als Babys und Kleinkinder Eltern brauchen, die ihre symbiotischen Bedürfnisse vorbehaltlos befriedigen. Welche Folgen hat es, wenn sich Eltern abwenden, sich zurückziehen, ein Kind verlassen, es nicht lieben und das Kind eigentlich gar nicht haben wollen, wenn es noch ganz klein und bedürftig sind. Bleibt diesem dann nur das Schicksal lebenslanger Frustration und innerer Einsamkeit? Oder läuft dieser Mensch ein Leben lang den Eltern hinterher, auch noch bemüht deren Leid mit zu tragen in der Hoffnung, vielleicht eines Tages doch geliebt und anerkannt zu werden? Übt er Verrat an ihnen, muss er sich schuldig fühlen, wenn er geht, nicht länger bei Mutter oder Vater bleiben will, ihnen nicht mehr mit seiner Liebe zur Verfügung steht und sie nicht mehr tröstet?

Sehr gut aufgearbeitet wird das, was bisher zu Symbiose als psychologisches Konzept in der Literatur vorliegt. Verbunden mit den Ergebnissen der Traumaforschung entwickelt der Autor sein Konzept des Symbiosetraumas und dessen Auswirkungen auf das spätere Gestalten von Beziehungen.

Das zweite Spannende für mich als Paar- bzw. Beziehungstherapeut ist sein Weg der Heilung. Hier hat er das Konzept der Traumaaufstellung entwickelt, das im vorliegenden Buch vorgestellt und detailliert beschrieben wird. Er setzt sich zunächst kritisch von Familienaufstellungen ab, in denen man im aufstellenden Klientel das Kind sieht, das versucht, für seine Eltern seelische Last zu tragen, und sich „anmaßt“ den Eltern ihr Schicksal abzunehmen. Hier warnt er deutlich vor der Gefahr der Retraumatisierung und der Förderung symbiotischer Verstrickungen. Die von ihm entwickelte nonverbal funktionierende Aufstellungsmethode hilft insbesondere an Gefühle heranzukommen, die unbewußt und vorsprachlich abgespeichert sind.

Dr. Rudolf Sanders

Harlich H. Stavemann

... und ständig tickt die Selbstwertbombe
Selbstwert-Probleme erkennen und lösen
 Beltz Verlag, Weinheim 2011, € 19,95

Die mit Abstand häufigsten Probleme, mit denen Berater und Psychotherapeuten konfrontiert werden, sind Selbstwertprobleme, die daraus entstehen, dass Menschen ihren Wert mithilfe von ungünstigen, für die eigenen Lebensziele und für das emotionale Wohlbefinden mit schädlichen Konzepten bestimmen. Diese führen dann zu emotionalen Turbulenzen. Mit dem bewährten Konzept ABC, A gleich *Ausgangssituation*, B - die *Bewertung* von A und C die *Gefühls- und Verhaltenskonsequenz* auf B erklärt der Autor psychoedukativ Klienten und Ratsuchenden, wie Selbstwertprobleme entstehen und welche Konsequenzen in Form der „Selbstwertbombe“ für die Betroffenen daraus erwachsen können. Anhand von Tabellen lernt der Leser etwa zwischen Gefühlen, körperlichen Begleitreaktionen, Gedanken bzw. Einschätzungen und Körpergefühlen zu unterscheiden. Diese Unterscheidungen sind Grundlage zu verstehen, was bei einem Betroffenen aktuell passiert. So dann ist es möglich, eine neue Dimension einzuführen den, das Z, welches für *Zielsetzungen* steht. Welche möglichen oder wünschenswerten Ziele sollen in Zukunft auf die Situation A folgen. Damit das neue Verhalten wirklich umgesetzt werden kann ist es wichtig, das innere Drehbuch zu verstehen, also die bisherigen Überzeugungen (B). Um deren Unangemessenheit nachzuweisen bzw. zu begründen bekommen der Leser und die Leserin immer wieder „lustige“ Hinweise, die ermöglichen, über verrückte Vorstellungen auch herzlich zu lachen. Das Buch bringt das Thema auf den Punkt und unterstützt Psychotherapie bzw. Beratung.

Dr. Rudolf Sanders

Thorsten Herbst

Die kindliche Einsamkeit
Wie sie entsteht, welche Konsequenzen sie hat ... und worin unsere Verantwortung besteht
 Junfermann Verlag, Paderborn 2010, € 29,90

Ein Thema, das alle Menschen betrifft, ist die Einsamkeit. Es beschäftigt Philosophen, Künstler, Musiker und Geisteswissenschaftler seit jeher und tritt in den verschiedensten Formen auf. Ein Aspekt, der bei ganz vielen ein weißer Fleck ist, ist der Blick auf die kindliche Einsamkeit. Insofern weist das vorliegende Buch auf einem höchst kritischen Punkt unserer Gesellschaft hin. Es wird eine Not ausgeblendet, für deren Ursache häufig die Erwachsenen Verantwortung tragen. Der Autor konstatiert, zugegebenermaßen überspitzt, eine Entsolidarisierung zwischen Erwachsenen und Kindern. Und diese bezieht sich ja nicht nur auf die Aufmerksamkeit, was Kinder an Unterstützung, Sicherheit und seelische Zuwendung brauchen sondern auch ganz konkret mit einer konsequenten Verwertungsrationalität, mit der heute Reserven späterer Generationen verbraucht werden. So müsste es eigentlich Kindern - wenn sie es denn könnten - Angst machen angesichts der Frage, welche Welt ihnen einmal zur Verfügung stehen wird. Denn ein verbrauchtes Gut wird niemandem hinterlassen der Wert geschätzt wird. Und so wird der Autor Fürsprecher für Kinder und betritt mit dem Thema kindliche Einsamkeit Neuland. Dieses Thema taucht im Grunde genommen in der Forschungsliteratur fast gar nicht auf, so bezeichnet er sein Vorgehen auch als Spurensuche. Die Spurensuche beginnt beispielsweise bei PIPi Langstrumpf, im Grunde genommen einem einsamem Mädchen, das zwar zu unvorhergesehene Zeiten und völlig unberechenbar Besuche vom "seeräubernden" Vater bekommt, ansonsten aber allein in der herrenlosen "Villa Kunterbunt" aufwächst. Ihre Mutter war bei der Geburt gestorben. Sie ist ein durchsetzungstarkes, kreatives, hilfsbereites, freundliches, verlässliches und vor allen tapferes Mädchen. Aber sie muss es auch sein und zwar umso mehr, je weniger der Leser oder Zuschauer an der "Geschichte dahinter" beteiligt wird.

Die Spurensuche geht weiter über die Auswirkungen elterlicher Konflikte bei Trennung und Scheidung, wenn Kinder völlig aus dem Blick geraten bis hin zu der Tatsache, dass die Selbsttötung von Kindern und Jugendlichen nach dem Unfalltod, die zweit häufigste Todesursache in dieser Altersgruppe ist. Nach Einschätzung von Fachpersonal in Unfallkliniken haben immer mehr Kinder und Jugendliche das Gefühl, nicht erwünscht zu sein, nicht gebraucht zu werden oder nicht zu genügen. Endlich Beachtung zu erfahren, Hilfe zu bekommen und wahrgenommen zu werden sind die Hauptbeweggründe für Suizid im Kindes und Jugendalter.

Was empfiehlt der Autor? Auf Grund neuerer Forschungsergebnisse verzichtet er auf eine exklusive und einzigartige Funktion der Mutter als entwicklungsfördernde oder hemmende Bindungsperson, ohne dabei den Wert einer guten Beziehung zwischen Mutter und Kind zu nivellieren. Er weist aber darauf hin, dass der Kreis relevanter primärer Bezugspersonen, die sich mütterlich dem Kind gegenüber verbindlich verhalten und somit eine enge, tragende, verantwortungsbewusste Beziehung zum Kind aufbauen und halten, auch zu primären Bezugspersonen werden. Er konzeptionalisiert die „soziale Mindestgeste“. Sie bedeutet, dass die Person des Pädagogen über eine Schlüsselqualifikation verfügt, nämlich ein hohes Maß an Selbstreflexion, die ihm erleichtert, einsame Kinder in seiner Nähe zu bemerken und ihnen hilfreich Unterstützung zu geben.

Bei diesem Buch handelt es sich um eine Dissertation, die mit einer Spurensuche begonnen hat, das Gebiet nicht nur recherchiert sondern auch in einem empirischen Untersuchungsteil erforscht hat. Es öffnet all denjenigen, die in der Beratung mit „großen und kleinen Kindern“ arbeiten einen Einblick in deren Verhaltensweisen und oft auch Seelennöten und den daraus entstandenen Verhaltensweisen.

Dr. Rudolf Sanders

Susanne Nußbeck

Einführung in die Beratungspsychologie

2. Auflage Reinhardt/UTB, München Basel 2010, € 19,90

Was erwartet man von einem UTB, einem Uni Taschenbuch? Es soll Studierenden und weiteren Interessenten in einem bestimmten Bereich einen ersten Überblick und grundlegende Aussagen und Hintergründe des Fachgebietes vermitteln. Genau das leistet diese Veröffentlichung. Anhand von Piktogrammen, wird der Leser auf Begriffserklärungen bzw. Definitionen, Forschungen, Fallbeispiele hingewiesen. Am Ende jedes Kapitels finden sich Fragen zur Wiederholung bzw. auch zur Vorbereitung einer Prüfung. Das ganze Buch ist einladend, übersichtlich und gut lesbar gestaltet. Lediglich in einem Punkt hat die Autorin einen blinden Fleck, diesem aber nicht allein! Ein in der öffentlichen Jugendhilfe durchgehend zu beobachtetes Phänomen ist eine Fixierung des Kinder- und Jugendhilfegesetzes (SGB VIII, § 17) auf den Absatz 3 dieses Gesetzes, der Trennungs- und Scheidungsberatung. Der Gesetzgeber hatte ausdrücklich in den Absätzen 1 und 2 die Befähigung und Anleitung zu partnerschaftlichem Miteinander und die Vermittlung von Problemlösekompetenzen der Trennungs- und Scheidungsberatung vorangestellt. Nicht ohne Absicht, denn eine „sanierte“ Ehe ist für die betroffenen Kinder immer einer Trennung vorzuziehen. So wird in der Veröffentlichung die Ehe- und Paarberatung nur kurz erwähnt, auf Modelle, die prospektiv auf ihre Wirksamkeit und Nachhaltigkeit evaluiert wurden, wie etwa KOMKOM (Engl & Thurmaier 2005) oder die Partnerschule (Sanders 2006) oder die mehr als 100.000 h in katholischen Eheberatungsstellen (Ziegler 2003), und die prospektiven Wirksamkeitsstudien (Klann 2002) dazu werden unterschlagen. Eine Studie in diesem Zusammenhang aus dem Jahr 1994 von Hahlweg & Klann wird darüber hinaus fälschlicherweise dem Bereich der Erziehungsberatung zugeordnet (Seite 129).

Engl J. & Thurmaier F, (2005): KOMKOM – ein hochwirksames Kommunikationstraining in der Eheberatung In: *Beratung Aktuell*, 1, 22-40.

Klann, N. & Hahlweg, K. (1994): *Beratungsbegleitende Forschung - Evaluation von Vorgehensweisen in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung und ihre spezifischen Auswirkungen*. Stuttgart: Kohlhammer.

- Klann, N. (2002): *Institutionelle Beratung – ein erfolgreiches Angebot. Von den Beratungs- und Therapieschulen zur klientenorientierten Intervention*. Freiburg i.B.: Lambertus.
- Sanders, Rudolf (2006b): *Beziehungsprobleme verstehen Partnerschaft lernen. Partnerschule als Kompetenztraining in Ehe und Familienberatung*. Paderborn: Junfermann Verlag
- Ziegler, T. (2003). Berater verteilen keine Patentrezepte. *Psychologie Heute*, Dez./03, S. 26-29.

Dr. Rudolf Sanders

Impressum

Eine Vielzahl gesellschaftlicher Umbruch-Situationen kennzeichnen 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 Erlebnisqualitätssicherung in der Eheberatung.
 Frankenweg 68 b, 53604 Bad Honnef, 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. **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; Dr. **Christine Kröger**, KFH Köln; Prof. Dr. **Michael Märten**, FH Dresden, EAG Düsseldorf; Prof. Dr. **Frank Nestmann**, TU Dresden FB Beratung und Rehabilitation; Dr. **Dorothea Rahm**, Dipl.-Psych., Braunschweig; Prof. Dr. **Bernd Roehrl**, Universität Marburg; Dr. **Dieter Schmelzer**, Dipl.-Psych., Nürnberg; Dr. **Elmar Struck**, Dipl.-Psych., Leiter der Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle Bonn; Prof. Dr. Dr. **Paul Michael Zulehner**, Institut für Pastoraltheologie, Wien.

Redaktion:

Dr. Rudolf Sanders, Alte Str. 24e, D-58313 Herdecke, Tel.: 02331-73434,
 Fax: 02331-788583
 E-Mail: Dr.Sanders@partnerschule.de, Web: www.partnerschule.de
 Für „Aktuelles aus der Beratungsszene“: Dr. Notker Klann,
 E-Mail: klann.beratung@t-online.de

Projektleitung:

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

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.
 Für „Aktuelles aus der Beratungsszene“: www.beratung-aktuell.de

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)

Verlag:

Junfermann Verlag, Postfach 18 40, D-33048 Paderborn, Andreasstraße 1a,
D-33098 Paderborn, Tel.: 05251-13 44-0, Fax: 05251-13 44 44,
E-Mail: infoteam@junfermann.de, Web: www.junfermann.de