



Leseprobe aus Bromann, Eltern-Paare gut beraten,

ISBN 978-3-7799-6172-7

© 2020 Beltz Juventa in der Verlagsgruppe Beltz, Weinheim Basel

[http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?](http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-7799-6172-7)

isbn=978-3-7799-6172-7

Einführung

„Wenn dir etwas an unserer Beziehung liegt, dann vereinbare dort einen Termin für uns“, waren Noras letzten Worte, bevor sie leise die Tür hinter sich zuzog. Vor mir lag ein Flyer einer Erziehungs- und Paarberatungsstelle. Drei Wochen später auf dem Weg zu unserem ersten Termin schlug mein Herz schneller und schneller, so schnell wie das Schlagzeugsolo auf einer meiner Lieblingsschallplatten von Genesis bei dem Lied „Dance on the volcano“. Ich hatte genau das Gefühl, dass mir bei dem, was wir nun vorhatten, ein Tanz auf dem Vulkan bevorstand. Nora stapfte energisch die Treppe hoch. Ich ging mit meinem pochenden Herzschlag und dem mulmigen Gefühl im Bauch hinter ihr. Oben angekommen blickten wir uns noch einmal in die Augen, ob wir das Folgende nun wirklich tun wollten. Ein leichtes Lächeln huschte über Noras Gesicht, als sie die Klingel drückte. Glücklicherweise öffnete Herr Bartels, unser Paarberater, direkt die Tür und bat uns gleich herein. Das war eine meiner Bedingungen für das Abenteuer Paarberatung, dass wir genau pünktlich zu den Stunden gehen, damit wir nicht mit anderen Patienten gemeinsam auf unser Schicksal warten müssen. Die fragenden Blicke von anderen Menschen, welches Problem wir beiden denn haben könnten, wollte ich mir unbedingt ersparen. Nun saßen wir also unserem Paarberater gegenüber. Er versuchte, die sichtlich angespannte Situation mit einigen einleitenden Bemerkungen zu entspannen. Aber nach der kurzen Einführung waren wir dran. Er fragte uns, wer von uns beiden anfangen möchte, das Anliegen und die Schwierigkeiten, die wir in unserer Beziehung sehen würden, auszuführen. Nora und ich saßen nun da wie zwei Schulkinder, die im Regen auf ihre Eltern warten, damit sie endlich abgeholt werden. Es kam aber keiner, der uns abholte. So mussten wir anfangen zu erzählen.

Paare zu beraten fühlt sich für Klienten und Berater/innen oftmals an wie der Tanz auf einem Vulkan. Paarberatung ist aufregend und spannend und wird nie langweilig. Jede Sitzung kann völlig anders verlaufen, als man dies als Berater/in geplant hat. Jederzeit drohen emotionale, eruptive Ausbrüche des einen oder

anderen Partners und ein heftiger Streit entsteht in der Beratungssituation. Manchmal geschieht aber auch ein Absturz des Paares in den Höllenschlund der Verzweiflung und eine plötzliche Trennung steht bevor. Andererseits können die Energien eines Vulkans die Paare zu Höhenflügen verhelfen, die sie zu einer unbekanntem Leidenschaft treiben. Das Auf und Ab der Sitzungsverläufe scheint einem verborgenen Plan zu folgen, den es zu entschlüsseln gilt. In der Paarberatung scheint in besonderer Weise zu gelten, dass die Grenze der Ort der Erkenntnis, der Begegnung und der besonderen Erfahrung zu sein scheint. Viele Berater, die wenig oder gar keine Paarberatung durchführen, sind fasziniert von diesem Beratungsformat. Paarberater/innen, die in größerem Umfang Paare beraten, hingegen sind oftmals weniger begeistert von dem turbulenten Geschehen.

Dieses Buch soll dazu beitragen, dem Rätsel Partnerschaft auf die Spur zu kommen, und doch wird es keine abschließenden Erklärungen bieten. Das Wesen der Liebe lässt sich nicht vollständig erfassen, und das ist auch gut so. Wer kann schon sagen, wann die Liebe kommt und wann sie zu Ende ist. Manch ein Paarforscher wagt eine Vorhersage an Hand der Art der Konfliktaustragung des Paares, ob eine Partnerschaft Bestand hat oder nicht. Wahrscheinlichkeitsaussagen helfen allerdings in diesem Fall weder den Paaren noch den Beratern. Aber genau das macht den Reiz von Paarberatung aus, dass sich ihr Gegenstand, die Liebe, immer wieder entzieht.

Dem Titel „Eltern-Paare gut beraten“ folgend, werden in diesem Buch drei Perspektiven erörtert, die für eine gute Beratung notwendig sind:

Paare werden gut beraten, wenn Berater/innen die wesentlichen Dynamiken von Partnerschaften verstehen. Dazu werden die wichtigsten und aktuellsten Konzepte und Forschungsergebnisse in gebotener Kürze vorgestellt. Das besondere Anliegen dieses Buches besteht darin, Partnerschaft und Elternschaft gemeinsam zu betrachten, und diese Verbindung deutlich herauszustellen, da dies bisher in Forschung und Praxis zu wenig erfolgt.

Paare werden gut beraten, wenn Berater/innen Kompetenzen

entwickeln, die ihnen helfen, Paare auf einem bewussten Weg durch die vielfältig verwirrenden Gefühlswelten der Paarbeziehung zu begleiten. Paarberatung kann man lernen. Paarberatung muss man lernen. Der Methodenteil dieses Buches beschreibt einige konkrete und ausgewählte Paar- und Elternberatungsmethoden, die dazu beitragen sollen, dass Paar- und Elternberater/innen mit der Dynamik von Paaren gut umgehen können.

Paare werden gut beraten, wenn die beteiligten Institutionen und Versorgungssysteme, insbesondere die Paar- und Erziehungsberatungsstellen, ihre eigenen Kompetenzen bewusst wahrnehmen, einsetzen und gleichzeitig erweitern, um Paaren und Elternpaaren zu helfen, ihre Fähigkeit zu lieben zu erhalten. Paarbeziehungen lassen sich auf drei Ebenen beschreiben:

- Paare als Liebespaare
- Paare als Lebenspartner und
- Paare als Elternpaare.

Beim Aspekt Liebespaar geht es in den Beziehungen um die zentrale Frage von Nähe und Distanz. Paare müssen ein Gleichgewicht finden, wie viel Nähe sie miteinander erleben möchten und wie viel Distanz sie zueinander benötigen. Bei der Frage nach der Nähe geht es z. B. konkret um die wechselseitigen Vorstellungen, wie viel Zeit sie miteinander verbringen, wie viele gemeinsame Interessen sie miteinander teilen und wie viele gemeinsame Freunde sie miteinander haben wollen. Außerdem geht es natürlich um die Frage, welche Intensität von Intimität und Sexualität sie miteinander erleben möchten. Liebespaare erleben starke Emotionen, die sie miteinander teilen und austauschen, mit denen sie gut miteinander umgehen müssen, da sonst tiefe Verletzungen und Kränkungen entstehen. Lebenspartner müssen gut Interessen miteinander aushandeln und kooperative Lösungen finden, damit das Gefühl einer gemeinsamen Identität entsteht. Als Elternpaar sind sie herausgefordert, ein Arbeitsteam zu werden, dass das große Projekt Erziehung von Kindern gut meistert. Die Herausforderung der Kindererziehung verlangt von den Eltern eine hohe Kompetenz, sich seiner eigenen Haltung bewusst zu sein und diese eigene Haltung

mit dem Partner permanent abzustimmen, um die täglichen Erziehungsentscheidungen gemeinsam zu treffen. Diese Erziehungsaufgabe stellt hohe Anforderungen an die Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit der Eltern.

Mit diesen verschiedenen Ebenen der Partnerschaft beschäftigen sich insbesondere Erziehungsberatungsstellen (Ebene Elternschaft) und Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen (Ebenen Liebespaar und Lebenspartnerschaft). Das vorliegende Buch belegt die herausragende Bedeutung insbesondere der Erziehungsberatung bei der Unterstützung von Eltern in ihrer Elternschaft und der Ehe-, Familien- und Lebensberatung, bei der Unterstützung von Paaren als Liebespaar und Lebenspartner. Sowohl in der Praxis als auch in der Theorie und Forschung findet die Integration dieser drei Aspekte von Partnerschaft nicht immer statt. Wenn man sich die Schwerpunkte und Angebote sowie die Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten der Erziehungsberatung anschaut, so fehlt oftmals der Aspekt der Paarbeziehung. Wenn man die Praxis, die Literatur und die Aus- und Weiterbildungsmöglichkeiten der Paartherapie betrachtet, so wird die Bedeutung der Elternschaft für Paare nur unzureichend thematisiert. Daher ist es ein Hauptanliegen dieses Buches, neben dem Überblick über den aktuellen Diskussions- und Forschungsstand der Paartherapie und der Ausführung von kreativen eigenständig entwickelten Paarberatungsmethoden zu einer stärkeren Verbindung von Paar- und Elternberatung beizutragen.

Nach der Einführung werden im ersten Kapitel Modelle, Konzepte und empirische Forschungsergebnisse zum Thema Partnerschaft beschrieben. Die Bindungstheorie hat sich intensiv mit der Bedeutung von Bindungserfahrungen und dem Wechselspiel der Bindungsstile in der Paardynamik befasst. Mit dem Bindungskonzept wird auch die herausragende Bedeutung der Emotionsregulation für Partnerschaften herausgearbeitet. Die Ergebnisse dieser Forschung sind bedeutsam, um die Konfliktodynamik von Paaren zu verstehen. Bindungsorientierte Paarberatungsansätze finden sich im Praxisteil des Buches wieder.

Als Erweiterung der Bindungstheorie bezieht Leslie Greenberg neue Erkenntnisse der Emotionsforschung, der Motivati-

onskonzepte und der Affektregulation auf Paare und leitet davon seine Emotionsfokussierte Paartherapie ab. Die Konzepte von Greenberg werden in diesem Grundlagenkapitel dargestellt, da sie für das Verständnis seiner humanistisch-systemisch ausgerichteten Paartherapiemethode wichtig sind und im Praxisteil des Buches wieder aufgegriffen werden. Viele Paartherapeuten bewerten aktuell die elaborierte, theoriebasierte emotionsfokussierte Paartherapiemethode von Greenberg als umfassendste Beschreibung von Paarprozessen.

Die Familienpsychologie nimmt die Wechselwirkungen von familiären Prozessen insgesamt in den Blick und beschränkt sich nicht nur auf einzelne Aspekte der familiären Wirklichkeit, wie z. B. Elternschaft, Paarebene, psychische Gesundheit der Kinder oder der Eltern. Die Ergebnisse, in welcher Weise sich Partnerschaften auf das Befinden beider Partner und das Befinden von Kindern und Jugendlichen auswirken, sind wertvolle Hinweise für die zentrale Bedeutung der Partnerschaftsqualität für die Familienentwicklung. Weiterhin werden Erkenntnisse über die Wechselwirkung von Partnerschaft und Elternschaft vorgestellt.

Die Forschung zur transgenerationalen Weitergabe von Themen hat ebenfalls wichtige Erkenntnisse geliefert, die in die paartherapeutische Arbeit einfließen sollten. Ausschnittsweise werden die Ergebnisse der Transmission von partnerschaftsrelevanten Aspekten vorgestellt. Dabei geht es beispielsweise um die Transmission von Scheidungserfahrungen oder der Bedeutsamkeit von Paarbeziehungen in Familienverbänden.

Im zweiten Kapitel werden Konzepte einer systemisch integrierten Paarberatung vorgestellt. Die Methoden sind so ausgesucht, dass sie dem Ziel dienen, dass die Erziehungsberatung ihr Angebot um eine Elternpaarberatung erweitern und die Ehe-, Familien- und Lebensberatung den Aspekt der Elternschaft in ihr Paarberatungsmethodenrepertoire integrieren kann.

Auf der Basis einer humanistischen Ausrichtung der systemischen Paarberatung werden insbesondere erfahrungs- und emotionsfokussierte Methoden erläutert. Ein Verlaufsmodell einer Paarberatung bildet den Rahmen für die vielfältigen kreativen Methoden der Paarberatung. Erlebnisorientierte Methoden bil-

den einen Schwerpunkt des Praxisteils. Dabei werden insbesondere Methoden vorgestellt, die sowohl in der Paarberatung als auch in der Elternpaarberatung eingesetzt werden können. Einige der Methoden hat der Autor selbst entwickelt, beziehungsweise sie stellen Weiterentwicklungen von bestehenden Methoden dar.

Die Skulpturarbeit in den Ausprägungen der Lösungsorientierten Arbeit mit Paaren, der bindungsorientierten Arbeit mit Paaren und der Erziehungshaltungsskulpturarbeit mit Elternpaaren wird praxisnah ausgeführt. Diese Methoden werden sehr detailliert in einzelnen Prozessschritten beschrieben, so dass die Leser/innen die Prozesse genau nachvollziehen und gegebenenfalls anwenden können.

Die Lebensfluss- und Time-Line-Arbeit sowie die Teilarbeit mit Paaren und Eltern bilden weitere erlebnisorientierte Zugänge zu Klienten. Beim Ansatz der Teilarbeit wird das Transaktionsanalytische Modell der Ich-Zustände als Basis für die Teilarbeit mit Paaren und Eltern verwendet, da sich die Ich-Zustände gut eignen, um wesentliche Paar- und Elternprozesse abzubilden und Paaren eine Entwicklungsperspektive aufzeigen, welche Anteile ihrer Persönlichkeit und ihrer Paarbeziehung sie noch weiter ausbauen können.

Ein weiterer Schwerpunkt der Paarberatungsarbeit liegt auf der therapeutischen Arbeit an den Herkunftsfamilien der Partner. Die Methode des Begehbaren Genogramms veranschaulicht diesen Arbeitsansatz. Das Begehbare Genogramm ist vom Autor als erfahrungsorientierte Genogrammmethode entwickelt worden, die sich sehr gut sowohl in der Paar- als auch in der Elternberatung nutzen lässt.

Die Emotionsfokussierte Paartherapie verbindet verschiedene humanistische Therapieverfahren und konzentriert sich auf die Bindungsbedürfnisse der Klienten. Die Emotionsfokussierte Paarberatung ist ein humanistisch integrierter Arbeitsansatz und passt deshalb hervorragend zur Arbeitsweise der vorgestellten Praxis.

Im dritten Kapitel werden Handlungsschritte zur Weiterentwicklung der Beratungslandschaft mit dem Fokus der Paarberatung aufgezeigt. Wie kann sich die Erziehungsberatung weiter-

entwickeln, wenn sie den Aspekt der Paarberatung stärker mit einbezieht? Was kann die Paarberatung von der Erziehungsberatung lernen, wenn sie den Fokus Elternschaft stärker in die Paarberatung einbindet? Konkrete Entwicklungsschritte dieser beiden Familienberatungsstellenkonzepte werden beschrieben. Wie können Berater/innen begründet eine Entscheidung treffen, ob in den vorliegenden Fällen eher eine Erziehungsberatung oder eine Paarberatung angeboten werden sollte. Hilfreiche Modelle der Integration innerhalb einer Beratungsstelle oder Kooperationsmodelle zwischen Beratungsstellen bezüglich der Themen Partnerschaft und Elternschaft werden beschrieben.

Jedes Kapitel des Theorie- und Praxisteiles beginnt mit einer Einstimmung auf eine Paartherapie aus der Sicht eines Klienten.