

Themenzentrierte Interaktion als Rahmenkonzept für die beraterisch-therapeutische Arbeit mit Paaren

Zusammenfassung:

Der Artikel versucht herauszuarbeiten, welche Möglichkeiten die TZI als Rahmenkonzept für die beraterisch-therapeutische Arbeit mit Paaren bietet. Wie in der Arbeit mit Gruppen auch, dient das Konzept der TZI sowohl der Erfassung des Prozesses als auch zu dessen Steuerung. Das Arbeiten entlang sich von Sitzung zu Sitzung verändernder Themen in Verbindung mit der Beachtung der dynamischen Balance trägt zu einer sinnvollen Konzentrierung der Arbeit mit Paaren bei. Zur Veranschaulichung wird der Verlauf einer Paarberatung in Form einer Fallvignette dargestellt.

Abstract:

The article attempts to elaborate the possibilities of TCI as a conceptual outline for consultative and therapeutic work with couples. As in work with groups, the concept of TCI promotes both documentation of the process as well as its control. Working through themes which change from session to session, in connection with attention to the dynamic balance, contributes to a meaningful concentration of work with couples. For purposes of illustration, the course of consultation work with couples is presented in the form of a case history vignette.

1. Der Auftakt einer Paarberatung

Paare kommen wegen eines Beziehungskonfliktes in die Paarberatung. Die Schilderung dieses Beziehungskonfliktes ist nach der Anmeldung und der Begrüßung der inhaltliche Auftakt des Beratungsprozesses. Durch die Art und Weise der Schilderung des Beziehungskonfliktes stellt sich das Paar dem Berater dar. Der Berater wiederum sammelt aus der Darstellung erste Eindrücke und versucht für sich eine Vorstellung davon zu gewinnen, mit welchen Menschen und mit welchem Beziehungskonflikt er es zu tun hat. In diese Vorstellung fließen die während der Schilderung des Beziehungskonfliktes aufgenommenen Eindrücke sowie die dadurch beim Berater ausgelösten Gefühle und Gedanken ein. Durch gezieltes Nachfragen, insbesondere auch nach den Ansichten und Empfindungen des einen Partners auf Mitteilungen des anderen Partners hin, versucht der Berater seine Vorstellungen zu verdichten. Diese Vorstellungen müssen selbstverständlich nicht nach dem Erstgespräch schon sehr klar sein, aber gar keine Vorstellung davon zu haben, um welche Personen und welches Problem es sich handelt, ist natürlich gar nicht möglich.

Beim Erstgespräch mit Paaren muss der Berater eine Vielzahl von Informationen verarbeiten. Neben dem Inhalt des geschilderten Beziehungskonfliktes und der Art und Weise dieser Schilderung, werden bereits im Erstgespräch häufig auch Informationen über lebensgeschichtliche Details gegeben und/oder nachgefragt. Der Berater muss nun die Vorstellungen, die in ihm aus den von ihm aufgenommenen Informationen entstanden sind, mit dem Paar kommunizieren. Hierfür ist es sehr hilfreich einen methodischen

Ansatz zu kennen, der es dem Berater erleichtert seine Gedanken und Gefühle in eine Form zu bringen, die eine gemeinsame Ebene und somit Kontakt zu dem Paar herstellt. Dieser Artikel soll nun zeigen, welche Möglichkeiten die TZI als Rahmenkonzept für die beraterische und therapeutische Arbeit mit Paaren bietet. Zur Veranschaulichung werde ich den Verlauf einer Beratung in Form einer Fallvignette darstellen. Die Beratung umfasste insgesamt 24. Sitzungen á 60 Minuten, das Erstgespräch dauerte ca. 90 Minuten. Der Zeitraum der Beratung betrug 1 ½ Jahre.

Claudia D. (34 Jahre) und Thomas L. (35 Jahre) erscheinen in auffallend gepflegtem Äußeren zum Erstgespräch. Gemeinsam berichten sie davon, dass sie in der letzten Zeit häufig sehr heftig gestritten hätten und es im Streit meist darum ginge, wer von ihnen beiden mehr Freiräume in der Beziehung habe bzw. wer unter mehr Einschränkungen zu leiden habe. Sie schildert ihn in diesem Zusammenhang als sehr eifersüchtig und er schildert sie als sehr fordernd. Die Heftigkeit der Auseinandersetzungen verwundere und verunsichere sie beide, da sie sich bisher nicht so aggressiv kannten und nicht damit gerechnet hatten, jemals solche Aggressionsschübe bei sich selbst erleben zu müssen. Zu körperlicher Gewalt sei es bisher nicht gekommen, die Grenze dazu werde aber immer dünner. Verbale Erniedrigungen und Beschimpfungen gehörten regelmäßig mit zu den Streitsituationen.

Das Paar lebt in getrennten Wohnungen, meist übernachten sie jedoch in ihrer Wohnung. Auf Nachfrage stellt sich heraus, dass sie bereits ein Kind hat (Tochter Anna D., 6 Jahre) und mit dem Vater der Tochter noch verheiratet, aber seit ca. 3 Jahren nicht mehr zusammen ist. Die Beziehung zwischen Claudia D. und Thomas L. begann vor ungefähr 2 Jahren.

Sie ist Einzelkind. Ihre Eltern leben im selben Wohnhaus wie sie mit ihrer Tochter. Die Ehe der Eltern sei eingefahren und leblos, gleichzeitig jedoch sehr stabil. Viel Streit habe sie bei ihren Eltern nicht erlebt, schon gar keine heftigen Auseinandersetzungen. Schwierig sei für sie allerdings gewesen, dass die Eltern ihr wenig Freiräume gelassen hätten. Sie könne sich noch sehr gut an einen Sommerurlaub erinnern, während dem ihr die Eltern nicht zugestanden hätten, sich mehr als 20 Meter von ihrem Liegeplatz am Strand zu entfernen. Sie wäre damals ca. 10 Jahre alt gewesen und all die anderen Kinder in ihrem Alter wären frei am Strand herumgelaufen und ohne Aufsicht der Eltern ins Meer gegangen. Auf eine weitre Nachfrage meinerseits erklärt sie etwas pikiert, dass sie auch damals schon eine sehr gute Schwimmerin gewesen sei.

Er hat eine 2 Jahre ältere Schwester. Seine Eltern sind seit seinem 11. Lebensjahr geschieden. Die Mutter sei Alkoholikerin und mache ihm ständig nur Vorwürfe, was immer schon so gewesen sei. Auch dem Vater hätte sie sehr häufig Vorwürfe gemacht, woraufhin dieser sich schon sehr früh von seiner Frau, aber auch von seinen Kindern abgewandt habe. Einzig die Schwester habe einen einigermaßen guten Kontakt zu seiner Mutter. Beide, Mutter und Schwester, würden ihn, immer wenn er mit seiner Partnerin sonntags zum gemeinsamen Kaffeetrinken käme, vor dieser schlecht machen. Insbesondere die Mutter würde ihn als krankhaft eifersüchtig und als einen Taugenichts

darstellen. Wenn er allerdings ohne seine Partnerin Kontakt mit der Mutter habe, würde sie ihm raten sich von seiner Partnerin zu trennen, da diese verheiratet sei, bereits ein Kind habe und ihn nur ausbeuten wolle. Er wisse in solchen Situationen nicht, wie er auf das Gerede reagieren solle und würde deshalb den Kontakt mittlerweile sehr auf Sparflamme halten.

Auf die berufliche Situation angesprochen berichtet sie, dass sie eine Ausbildung zur Bankkauffrau habe. Nach einigen Berufsjahren wollte sie sich über ein Abendstudium weiterqualifizieren, doch in diese Zeit fiel die Schwangerschaft mit Tochter Anna. Nach Geburt ihrer Tochter habe sie weder die berufliche Tätigkeit, noch das Studium wiederaufgenommen, sondern sich ganz der Verpflegung und Erziehung ihrer Tochter gewidmet. Er hat Informatik studiert, arbeitete dann mehrere Jahre im Angestelltenverhältnis bei einem Softwarehersteller und hat sich dann innerhalb der IT-Branche selbständig gemacht.

Ich habe hier die Informationen wiedergegeben, die ich im Erstgespräch erhalten bzw. nachgefragt habe. Es handelt sich um eine Vielfalt an Informationen aus verschiedenen Lebensbereichen. Um jedoch eine differenzierte Vorstellung von der Dynamik einer Paarbeziehung bekommen zu können, ist es notwendig Informationen aus allen wesentlichen Lebensbereichen des Paares zu erhalten. Im nächsten Schritt geht es nun darum, mit dem Paar eine Verständigungsebene bezüglich des Beziehungskonflikts herzustellen. Hierfür versuche ich gegen Ende des Erstgesprächs die von mir aufgenommenen Informationen in einem Zusammenhang wiederzugeben, der der in mir entstandenen Vorstellung vom Beziehungskonflikt des Paares entspricht. Die Reaktion des Paares auf meine Zusammenfassung zeigt mir dann, inwieweit sich diese Verständigungsebene eingestellt hat. Sollte sich keine tragfähige Verständigungsebene eingestellt haben, versuche ich zu klären, welche Informationen ich möglicherweise nicht so verstanden habe, wie sie gemeint waren, bzw. was an meiner Zusammenfassung für einen oder beide Partner eventuell unverständlich war. Die Zusammenfassung dient mir dann als Ausgangspunkt (Thema) für die nächste Sitzung und gleichzeitig als Focus, an dem sich meine beraterisch-therapeutischen Interventionen orientieren.

2. Die Spezifizierung des Strukturmodells der TZI für die Paarberatung

Um mit TZI in der Partnerschaftsberatung arbeiten zu können, muss ich das Strukturmodell der TZI für diese Arbeit spezifizieren, was ich wie folgt tue:

ICH: die jeweiligen Partner als eigenständige Personen

WIR: das Paar als eigenes Wesen mit seinen spezifischen Interaktionsweisen, die sich in der Beratung auf mich ausweiten und von mir beeinflusst werden

ES: die Aufgabe der Beratung, die aus dem generellen Anliegen des Paares resultiert (z.B. Beratung bei Beziehungskonflikten, Trennungsberatung, Sexualberatung oder anderes)

GLOBE: die familiären und sozialen Lebensumstände sowie die gesamte Umwelt des Paares in ihrem Einfluss auf die Paardynamik

Diese Spezifizierung des Strukturmodells der TZI für die Paarberatung erleichtert es mir die vielen verschiedenen Informationen aus dem Erstgespräch in einen Zusammenhang setzen zu können.

Gegen Ende des Erstgesprächs mit Frau D. und Herrn L. gebe ich meine Eindrücke in ungefähr folgender Formulierung wieder: „Ich habe den Eindruck das sie als Paar in einer Situation sind, in der sie sich beide gegenseitig an einem wunden Punkt treffen. Sie Frau. D. fühlen sich durch die Eifersucht ihres Partners der ihnen so wichtigen Freiräume beraubt. Früher waren es die Eltern die ihnen die Freiräume genommen haben, heute ist es der Partner. Früher war es sehr schwer sich gegen das elterliche Gebot durchzusetzen, heute kommt es zu heftigen Auseinandersetzungen, wenn sie sich Freiräume nehmen oder nehmen wollen. Und Sie Herr L. bekommen jetzt auch von ihrer Partnerin Vorwürfe, und dies wegen eines Gefühls, welches sie selbst gar nicht steuern können. Und zu allem Ärger scheint sich die Prophezeiung ihrer Mutter, dass ihre Eifersucht die Beziehung zerstören wird, auch noch zu bestätigen.“ Das Paar reagiert auf meine Intervention beipflichtend. Die Frage, was sie denn jetzt tun sollen, um aus dieser Situation herauszukommen, schließt sich unmittelbar an. Ich äußere Verständnis für den hinter dieser Frage stehenden Wunsch, möglichst schnell dieses Dilemma abzustellen, sage dann hinzu: „Leider kann ich ihnen keine schnellen Lösungen bieten, zumal ja deutlich geworden ist, dass in den Konflikt zwischen dem Wunsch nach Freiräumen einerseits und dem Gefühl der Eifersucht andererseits, doch noch vielerlei Anderes hineinspielt.“ Das Paar vermittelt mir im weiteren Verlauf des Erstgesprächs sein Interesse, diese Zusammenhänge zwischen ihrem Konflikt, ihrer jeweiligen Lebensgeschichte und ihrer jetzigen Lebensumstände genauer anzuschauen. Wir einigen uns darauf fortlaufend im Abstand von 14 Tagen Sitzungen zu machen und darauf, dass wenn das Gefühl der Stagnation oder der Wunsch die Beratung zu beenden bei einem der Beteiligten aufkommen sollte, dieser dies in die Beratung einbringt.

Inwiefern spielt bei der Formulierung meiner Interventionen das Strukturmodell der TZI eine Rolle? Ich gehe davon aus, dass die allermeisten Probleme in Beziehungen nur dann ausreichend verstanden werden können und Veränderungen nur dann geschehen können, wenn die Zusammenhänge zwischen der Persönlichkeit und Lebensgeschichte der einzelnen Partner (ICH), die Interaktionsweisen der Partner miteinander (WIR – das Paar), das Anliegen an die Beratung (ES) und die familiären und sozialen Lebensumstände des Paares (GLOBE) berücksichtigt werden. In oben wiedergegebenen

Interventionen habe ich versucht, erste Zusammenhänge in eine Formulierung zu bringen, die für das Paar verständlich ist. Ich habe den „Faktor ICH“ benannt, indem ich davon sprach, dass die Partner sich gegenseitig in einem wunden Punkt getroffen haben und ich habe diesen wunden Punkt bei beiden umschrieben. Ich habe den „Faktor WIR“ benannt, indem ich vom Dilemma des Paares gesprochen habe. Der „Faktor ES“ ergab sich aus dem Anliegen des Paares, die gerne einen Beziehungskonflikt lösen möchten und der „Faktor GLOBE“ trat bei der Regelung der Terminfrage in Erscheinung, da berufliche Verpflichtungen, die Betreuung der Tochter und meine Beratungszeiten unter einen Hut gebracht werden mussten.

3. Der Umgang mit dem TZI-Thema

Die zweite Sitzung mit einem Paar beginne ich in der Regel, indem ich mich nach Eindrücken oder Nachwirkungen aus der ersten Sitzung und möglichen wichtigen Ereignissen zwischen der ersten und der zweiten Sitzung erkundige. Meist beginnt daraufhin einer der Partner zu erzählen und der andere ergänzt oder entgegnet daraufhin aus seiner Perspektive. Häufig bezieht sich das Paar auf den in der ersten Sitzung erarbeiteten Zusammenhang und fügt dem konkrete Beobachtungen hinzu. Hier greift dann ein weiterer wesentlicher TZI-Aspekt: das Thema einer Sitzung. Der Umgang mit dem Thema spielt in meinem Ansatz der Partnerschaftsberatung eine besondere Rolle. Einerseits halte ich die Verständigung auf ein Thema als Bezugspunkt der Beratungssitzung für sehr wichtig, andererseits möchte ich nicht durch die Vorgabe eines Themas, d.h. durch Überstrukturierung, der Beratung die Chance nehmen, dass sich der Konflikt des Paares im Hier und Jetzt der Beratung inszenieren kann. So versuche ich im ersten Drittel der Sitzung mit dem Paar einen gemeinsamen Bezugspunkt, ein Thema, herauszuarbeiten.

Mein Umgang mit dem TZI-Thema ist vergleichbar mit der Umgangsweise, die Helmut Reiser für die Themenzentrierte Supervision beschrieben hat: „Eine Spezifität jeder Gruppensupervision ist, dass jedes Mal von Neuem das Thema gefunden werden muss. Es wird nicht per Einladung gesetzt... Das Thema und das Programm der Sitzung wird zu Beginn der Sitzung aus den Beiträgen der Teilnehmer heraus vorgeschlagen und entschieden... Es muss sich aus den individuellen Ausgangslagen entwickeln. Die Ich-Wir-Es-Globe-Balance wird in der Anfangsphase jeder Sitzung neu hergestellt“.¹ Dem möchte ich hinzufügen, dass nicht jede Sitzung in der beraterisch-therapeutischen Arbeit mit Paaren ein neues Thema braucht. Es kann durchaus sein, dass ein Thema über mehrere Sitzungen für alle Beteiligten stimmig bleibt. Dies muss allerdings zu Beginn der Sitzung überprüft werden.

Zu Beginn der zweiten Sitzung berichtet Frau D., dass die erste Woche nach dem Erstgespräch sehr harmonisch gewesen sei, in der zweiten Woche sei es aber wieder zu einem heftigen Streit gekommen. Sie sei an einem Wochentag nachmittags zum Einkaufen gefahren und habe ihre Tochter bei ihren im selben Mietshaus lebenden Eltern abgegeben. Thomas sei um ca. 18.00 Uhr aus der Arbeit direkt zu ihr gekommen. Sie

selbst sei dann 30 Minuten später nach Hause gekommen. Im Bewusstsein das Thomas wahrscheinlich schon bei ihr sei, habe sie noch ganz schnell die Tochter von ihren Eltern geholt und sei dann kurz vor 19.00 Uhr in der Wohnung gewesen. Dort hätte sie Thomas wutschnaubend empfangen und sie ausgequetscht, wo sie denn so lange gewesen sei. Er sei wieder sehr eifersüchtig und aggressiv gewesen und sie sei daraufhin ebenfalls aggressiv geworden und hätte ihm deutlich vermittelt, wie sehr ihr seine Eifersucht auf die Nerven gehen würde. Nur die Anwesenheit der Tochter hätte den Streit nicht extrem eskalieren lassen, d.h. es sei nicht zu „gegenseitigen Beschimpfungssorgien“ gekommen. Im Verlaufe der Erzählung von Frau D. wird Herr L. immer unruhiger. Dann sagt er zu Frau D. gewandt: „Du hast ja wohl ein entscheidendes Detail verschwiegen, nämlich, dass wir ausgemacht hatten, abends gemeinsam mit Anna Pizza essen zu gehen: Und Du willst ja immer, dass Anna nicht zu spät ins Bett kommt. Ich hatte mich extra bemüht möglichst frühzeitig aus der Arbeit zu kommen und du treibst dich einfach irgendwo beim Einkaufen herum. Da ist es doch leicht nachvollziehbar, wenn ich mich ärgere!“

Aus diesen Äußerungen heraus versuchte ich dann mit dem Paar ein gemeinsames Thema zu formulieren. Ein gemeinsames Thema ist immer ein Drittes zu den jeweiligen Positionen in einem Konflikt. Und die Beschäftigung mit dem Dritten, dem Thema, ermöglicht dem Paar aus der Verstrickung herauszufinden und in eine konstruktive Auseinandersetzung mit den Beziehungsproblemen zu kommen. Neben dem Konflikt zwischen dem Wunsch nach Freiräumen und dem Gefühl der Eifersucht lässt sich aus den Äußerungen von Frau D. und Herrn L. noch ein anderes Thema heraushören: „Wer bringt wie viel Engagement für die Beziehung ein? Wie steht es um den Ausgleich zwischen Geben und Nehmen in unsrer Beziehung?“ Es ist nicht immer notwendig, dass der Einigungsprozess auf ein Thema explizit geschieht, und zwar ist es dann nicht notwendig, wenn atmosphärisch spürbar ist, dass ein bestimmtes Thema sitzt.

Als ich das oben genannte Thema vorschlage, ergreift Herr L. sofort das Wort: ja, dass sei es genau! Er habe schon seit langem den Eindruck, dass er mehr in die Beziehung investieren würde als Frau D. Und dies sei der Hauptgrund seines Ärgers. Er wisse schon, dass seine Phantasien, sie würde mit einem anderen Mann etwas haben, wahrscheinlich unbegründet seien, aber wenn sie mal wieder alles so locker und unverbindlich nehmen würde, dann gehe bei ihm halt manches durcheinander. Er selbst würde Vereinbarungen immer sehr genau einhalten, Frau D. jedoch sei da unberechenbar. Frau D. sagt daraufhin, dass sie nicht den Eindruck habe weniger als Herr L. in die Beziehung zu investieren, sie wolle aber nicht den Fehler wie bei ihrem Ex-Partner und Vater ihrer Tochter machen, dem sie sich so lange unterworfen hätte, bis sie es dann schlicht nicht mehr ausgehalten habe. Herr L. dreht nun weiter auf: „Aber Du unterwirfst Dich ihm doch bis heute. Er kann die Anna holen und bringen, wann er will. Immer müssen wir uns dann mit unseren Plänen anpassen.“ Frau D. berichtet dann von ihrem Gefühl der Ohnmacht gegenüber ihrem Ex-Partner, der sich an nichts halten würde. Sie hätte die Hoffnung mittlerweile aufgegeben, dass er eine Vereinbarung auch einhalten würde. Sie wolle ihrer Tochter den Kontakt zu ihrem Vater aber nicht

verbauen, da sie ihn sehr mögen würde. Deshalb sei es für sie tatsächlich manchmal schwierig mit Herrn L. gemeinsame Pläne zu machen. Aus Herrn L. platzt es weiter heraus: „Wenn sich Wolfgang (der Ex-Partner von Frau D.) schon an nichts hält, dann verstehe ich erst recht nicht, weshalb du mit der Scheidung so zögerlich bist.“ Ich frage daraufhin bei Frau D. nach, ob sie den Eindruck von Herrn L., dass sie in Bezug auf die Scheidung zögerlich agiere, nachvollziehen könne. Frau L. antwortet: „Ich möchte gerne die Scheidung ohne großes Hickhack hinter mich bringen. Die Verrechnung einer gemeinsam erworbenen Eigentumswohnung, die jetzt vermietet ist, bereitet allerdings Schwierigkeiten. Und unsere Anwälte haben immer so viel zu tun, es dauert ewig, bis die mal einen neuen Vorschlag ausarbeiten. Und das wichtigste ist mir halt, dass wir uns nicht total zerstreiten, schon wegen Anna!“ Zum Abschluss der Sitzung verweise ich noch einmal auf das Thema: „Wer bringt wie viel Engagement für die Beziehung ein? Wie steht es um den Ausgleich zwischen Geben und Nehmen in unsrer Beziehung?“ und füge meinen Eindruck hinzu, dass Herr L. sich sehr wünscht, Frau D. würde sich schnellstmöglich scheiden lassen, denn dies würde ihn spüren lassen, dass auch Frau D. sich ernsthaft für die Beziehung engagiert. Frau L. wiederum würde sich wünschen, von Herrn L. Verständnis für ihr Verhalten bezüglich der anstehenden Scheidung zu bekommen.

In Partnerschaftsberatungen ist der Berater naturgemäß der Gefahr ausgesetzt, sich auf die eine oder andere Seite zu schlagen. Die Arbeit mit einem Thema kann den Berater vor dieser Gefahr schützen, sie ist nicht nur für das Paar eine Erleichterung sich konstruktiv mit einem Konflikt auseinanderzusetzen. Das Thema kann zur Steuerung des Beratungsprozesses eingesetzt werden. Bemerkt der Berater, dass er selbst abgerutscht ist oder sich der Verführung zur Parteilichkeit nicht erwehren konnte, kann er durch die Rückbeziehung auf das Thema die Beratung wieder in eine ausgewogene Balance bringen. So war es auch gegen Ende der zweiten Sitzung mit Frau D. und Herrn L.. Mein Eindruck war tatsächlich, dass Herr L. richtig lag, wenn er sagte, dass Frau D. die Scheidung nur zögerlich angehe. In Folge konnte ich auch Herrn L.s Gefühl, dass der Trennungsprozess zwischen Frau D. und ihrem Ex-Partner noch nicht ganz durchgestanden sei, nachvollziehen. Bei Herrn L. kam noch dazu, dass er sich durch diese Beobachtung selbst in Frage gestellt fühlte. Es bestand die Gefahr, dass Frau D. das Gefühl bekommt einer Front aus Herrn L. und mir gegenüberzustehen, die von ihr verlangt, sich bitte schnellstmöglich scheiden zu lassen. Durch die Rückbeziehung auf das gemeinsame Thema der Sitzung gelang es mir wieder zur Dynamik der Paarbeziehung, d.h. zu den korrespondierenden Wünschen und Ängsten der Partner, zurückzukehren.

4. Die dynamische Balance im Beratungsprozess

Ich halte es im übrigen nicht schon für das Abrutschen in Parteilichkeit, wenn in der ein oder anderen Sitzung während eines Beratungsprozesses einer der Partner sehr im Vordergrund steht. Im Gegenteil, um auch an tiefere Schichten einer Paarproblematik

heranzukommen, kann es notwendig sein, sich vorübergehend mit einem Partner besonders intensiv zu beschäftigen. Selbstverständlich ist es auch angebracht, sich mit Ereignissen aus dem Umfeld des Paares zu beschäftigen, die möglicherweise mit dem ursprünglichen Anliegen nichts zu tun haben, die aber für das Paar von wichtiger Bedeutung sind. Hier greift ein weiteres Element der TZI: das Prinzip der dynamischen Balance zwischen ICH-WIR-ES-GLOBE. Über den gesamten Beratungsprozess hinweg ist eine einigermaßen ausgewogene Balance zwischen der Beschäftigung mit den Partnern als Einzelpersonen (ICH), dem Paar und dessen Interaktionsformen (WIR), dem ursprünglichen Anliegen des Paares (ES) und den sozialen und familiären Lebensumständen bzw. der Umwelt des Paares (GLOBE) anzustreben. Denn die beraterisch-therapeutische Arbeit mit Paaren kann nur dann veränderungswirksam sein, wenn sie versucht, der Komplexität der Lebenswelt eines Paares gerecht zu werden. Ansätze, die diese Komplexität in einer Weise reduzieren, die auf eine Verleugnung oder Abspaltung eines Teils der Lebenswelt hinausläuft, werden letztlich genau von diesem abgespaltenen Aspekt eingeholt werden. Es geht mir nicht darum, einer vermeintlich vollständigen Durcharbeitung eines Konflikts das Wort zu reden, diese Art von Vollständigkeit halte ich für eine Illusion, sondern es geht mir darum, dass der Bezugspunkt oder Focus einer Beratung sorgsam und bewusst gewählt sein soll. Das Prinzip der dynamischen Balance zwischen ICH-WIR-ES-GLOBE hilft hier, nicht in Einseitigkeiten zu verfallen.

In der darauffolgenden Sitzung berichtet Frau L. nochmals bei ihrer Anwältin gewesen zu sein. Diese hätte ihr vermittelt, dass sie den Einigungsprozess mit der Gegenseite aufgrund geringer Bereitschaft zum Kompromiss sehr schwierig fände. Sie hätte ihr geraten, noch mal mit Wolfgang (Ex-Partner) unter vier Augen zu sprechen. Dabei sei es dann zum Streit gekommen. Sie hätten sich alles mögliche an den Kopf geworfen. Danach sei es ihr ganz merkwürdig zu Mute gewesen, einerseits hätte sie sich unglaublich elend gefühlt, andererseits aber auch befreit. Aus dieser Erzählung von Frau D. entwickelt sich das Thema der darauffolgenden Sitzungen. Es lautet: „Welche Gefühle und Erinnerungen ruft die Beschäftigung mit einer Trennung in mir hervor?“ In diesen Sitzungen wird deutlich, dass Frau D.s Zögerlichkeit bezüglich der Scheidung in einer tiefen Angst vor einem schweren Konflikt und in der Illusion einer konfliktfreien Trennung begründet ist. Herr L. berichtet seinerseits davon, wie schwer es ihm fällt einzusehen, dass seine Mutter offensichtlich gar nicht anders kann als entweder ihn oder seine Partnerin schlecht zu machen. Und er wisse gar nicht, wie er fühlen würde, wenn er die Hoffnung, es könnte einmal wirklich anders sein, aufgeben würde. Vielleicht würde er dann gar keinen Kontakt zu ihr mehr haben wollen.

Die Beschäftigung mit dem Thema Trennung führte zu einer Verdichtung der Beratung und zur emotionalen Annäherung des Paares, was sich auf die beiden Partner und deren Beziehung stärkend auswirkte. Diese Stärkung ermöglichte ihnen wiederum bestimmte Illusionen als solche zu entlarven. So konnte Frau D. einsehen, dass auch ihre Scheidung sehr wohl mit Kränkung, Schmerz, Wut und Trauer einhergeht. All diese

Gefühle waren in einem scheinbaren Sachproblem, die Verrechnung der Eigentumswohnung, gebunden. Und er musste auf die Illusion verzichten lernen, seine Mutter könne plötzlich auf die Abwertung anderer Menschen verzichten, die ihn so tief verletzte. Doch wie Horst Petri schreibt, verhindert das Festhalten an Illusionen einen wirklichen Neubeginn. „Besonders im Trennungsdrama verhindert das Festhalten an Illusionen den Trauer- und Versöhnungsprozess und blockiert damit die Chance des Neubeginns“.²

Die Phase, in der die Beschäftigung mit dem Thema Trennung deutlich im Vordergrund stand, dauerte ungefähr von der 3. bis 8. Sitzung. Im Ergebnis entschied Herr L. erstmalig den Kontakt zu seiner Mutter auszusetzen. Frau D. vermied zunehmend weniger die Konflikte mit ihrem Ex-Partner, was dazu führte, dass dieser sich an die Vereinbarungen bezüglich der gemeinsamen Tochter Anna genauer hielt, gleichzeitig jedoch seinen Anwalt anwies, eine sehr harte Linie im Scheidungsverfahren einzunehmen.

5. Die Verschiebung des Focus im Verlauf der Beratung

Zur 9. Sitzung erscheint das Paar in aufgelöstem Zustand. Am Abend vor der Sitzung habe es einen schlimmen Streit gegeben. Sie seien auf der Geburtstagsparty eines seiner Geschäftspartner gewesen. Dort habe sie sich dann länger mit einem ihm unbekanntem Mann unterhalten. Als sie dann wieder zuhause waren, habe er ihr Vorhaltungen gemacht, dass sie mit diesem Mann ja wohl ausgiebigst geflirtet habe. Alle anderen hätten dies schmunzelnd beobachtet. Er habe sich bloßgestellt und erniedrigt gefühlt. Sie fand seine Vorhaltungen vollkommen übertrieben. Darüber hätten sie dann die halbe Nacht heftigst gestritten und sich gegenseitig beschimpft. Ich interveniere indem ich sage: „Nachdem zuletzt zwischen Ihnen alles so gut zu laufen schien, kommt jetzt so ein Rückfall. Und sie scheinen beide davon ganz erschüttert zu sein. So, als ob unsere Bemühungen ganz umsonst gewesen wären. Aber zuletzt haben wir uns ja mehr mit notwendigen Abgrenzungen gegenüber ihrer Umgebung beschäftigt. Jetzt müssen wir uns offensichtlich wieder mehr mit ihrem Verhältnis zueinander beschäftigen.“

Der Focus der Beratung ging in dieser Sitzung von einem WIR-GLOBE-Focus zurück zu einem ICH-WIR-Focus. Es wurde deutlich, wie schnell sich die bekannte Konfliktkonstellation einstellt und welches Ausmaß an Aggressionen dadurch mobilisiert wird. Aus der Mitteilung über den Streit ergab sich folgendes Thema: „Wenn ich auf dich wütend werde! Wie gehen wir mit aufkommenden Aggressionen um?“ Denn es wurde klar, dass bereits nach ein paar Minuten Gespräch zwischen Frau D. und dem anderen Gast auf der Party Herr L. sich zu ärgern begann. Er konnte ahnen, dass sie sein Eifersüchtigwerden sehr wohl wahrnahm. Dass sie trotzdem nicht aufhörte mit dem Mann zu flirten, sondern sogar ganz unverstohlen weitermachte, brachte ihn zum Kochen. Und so wie es Herr L. vermutete wahr es auch. Sehr schnell war Frau D. klar, dass Herr L. eifersüchtig wurde und von ihr erwartete, die Konversation zu beenden. Und es ärgerte sie, dass er sich einerseits ihre Begleitung auf die Party wünschte, andererseits

sie aber nur seine ihn schmückende Begleitung sein sollte, die sich ihre Gesprächspartner nicht selbst aussuchen darf. Und aus diesem Ärger unterhielt sie sich weiter mit diesem Mann, an dem sie sonst nicht sonderlich interessiert war.

Die Beschäftigung mit der Frage des Umgangs mit Aggressionen verschaffte dem Paar Zugang zu einem wesentlichen Aspekt ihrer Verstrickung: Seine Wut bezog sich vor allem auf ihre herausfordernde Art, die sie an den Tag legte, wenn er eifersüchtig wurde. Er wünschte sich, sie würde dann Rücksicht auf ihn nehmen und sich ihm zuwenden. Er drückte seinen Wunsch nach Rücksichtnahme und Zuwendung aber nicht direkt aus, sondern indem er ihr später bittere Vorwürfe machte. Sie reagierte in Situationen, in denen sie seinen Anspruch, sie solle sich seinen Wünschen bzw. Ängsten entsprechend verhalten, damit, dass sie sich gegen diesen Anspruch trotzig zur Wehr setzte. Sie zeigte ihm ihre Wut, indem sie ihre Unabhängigkeit auf eine ihn provozierende Weise demonstrierte. Das Paar verstrickte sich so in einen Machtkampf, der je eine wesentliche Seite beim anderen, aber letztlich auch eine Seite bei sich selbst übergang. Aus der Analyse des Umgangs mit Aggressionen innerhalb der Paarbeziehung ergab sich das nächste Thema. Dieses lautete: „Welche Eigenschaften nehme ich an dir wahr, die gleichzeitig ein Teil von mir sind, der mir Schwierigkeiten bereitet?“ Durch diese Fragestellung wurde deutlich, dass bei ihr das Bedürfnis nach Zuwendung etwas war, was sie sich noch viel schwerer eingestehen konnte als er. Durch den Konflikt mit ihren Eltern war sie innerlich ganz darauf eingeschworen für Selbstbestimmung kämpfen zu müssen, sodass ihr eigenes Anlehnungsbedürfnis viel zu kurz kam. Und er musste einsehen, wie sehr er dazu neigte, andere unter Druck zu setzen, sich seinen Wünschen anzupassen. Und es war für ihn nur schwer zu akzeptieren, dass hinter diesem Verhalten sein labiles Selbstwertgefühl steckte. Aber seine innere Fixierung lautete: „Nur wenn andere das tun, was ich mir wünsche, lieben sie mich und sind somit meiner Liebe wert. Tun sie aber nicht das, was ich mir wünsche, werde ich sie ab und mache sie schlecht!“ Es wurde klar, dass er selbst seine Partnerin in eine Situation brachte, die der eigenen Erfahrung mit der Mutter ähnelte und die ihn von ihr entzweite. Denn er fühlte sich von seiner Mutter vor eine vergleichbare Alternative gestellt: Entweder du schließt dich mir in meinen Meinungen und Handlungen an oder ich werde dich ab und mache dich vor anderen schlecht.

Der Verlauf der Paarberatung machte deutlich, dass die einstmalige Anziehungskraft von Frau D. auf Herrn L. und umgekehrt in hohem Maß auf Persönlichkeitsanteilen beruhte, die sie je bei sich selbst unterdrückten. So war Frau D. anfangs davon beeindruckt, mit Herrn L. einem Mann begegnet zu sein, der so offen zu seinen Wünschen nach Zweisamkeit stand, und dem diese Zweisamkeit so wichtig war. Herrn L. wiederum imponierte anfangs das selbstsichere und unabhängige Auftreten von Frau D.. Im Verlauf der Partnerschaft wurden jedoch die Persönlichkeitsanteile, die ursprünglich die Anziehung ausmachten, zum Konflikt. Denn diese einstmalig beim anderen bewunderten Eigenschaften zeigten zunehmend ihre bedrohliche Seite. Die Bearbeitung des Themas „Was nehme ich an Dir wahr, was ich an mir selbst nur schwer akzeptieren kann, aber trotzdem auch ein Teil von mir ist?“ ermöglichte es dem Paar, Einsicht in diese Dynamik zu gewinnen. Es entstand bei beiden in Folge der Wunsch, die jeweils bei

sich selbst unterdrückten Anteile kennenzulernen und auszuprobieren, wodurch die Beziehung an Lebendigkeit gewann.

Die 15. Sitzung beginnt damit, dass das Paar von ihrem Entschluss sich eine gemeinsame Wohnung zu suchen berichtet. Diesen Entschluss hätten sie auch bereits ihrer Tochter Anna mitgeteilt. Anna hätte daraufhin zunächst mit der Nachfrage, ob sie denn in der neuen Wohnung auch ein eigenes Zimmer bekommen würde, reagiert. Nachdem sie ihr dies zugesichert hätten, habe sie folgende Mischung aus Feststellung und Frage nachgeschoben „Das finde ich ja super, dann sind wir wie eine richtige Familie. Und ab und zu kann ich ja trotzdem zu Papa und Sabine (die neue Partnerin von Wolfgang) gehen und bei denen übernachten!?“ Daraufhin hätten sie beide mit Schweigen reagiert. Später am Abend, als Anna schlief, wären sie noch mal auf diese Situation zu sprechen gekommen. Sie hätten sich beide blockiert gefühlt, dann einerseits seien sie ja keine „richtige Familie“, auch wenn sie jetzt zusammenziehen würden, und andererseits wollten sie Anna die Freude, die sie versprühte als sie dies sagte, nicht nehmen. Außerdem hätten sie sich auch darüber unterhalten, ob sie nicht heiraten wollten, wenn die Scheidung endgültig vorüber sei. Und eventuell könnten sie sich sogar ein gemeinsames Kind vorstellen. Er fügt dann noch mit fragendem Blick auf mich hinzu: “Und wenn wir unser Kind haben, dann sind wir doch auch irgendwie eine richtige Familie!?”

Das Paar kommt in dieser Sitzung auf ein weiteres wesentliches Moment ihrer Lebensumstände zu sprechen und dies ist die Tatsache, dass es sich bei der bei ihnen gegebenen Konstellation um eine Stief- oder Patchwork-Familie handelt. Diese Tatsache war in ihrer Bedeutung und Tragweite bisher nicht sichtbar. Dies lag zum einen daran, dass das Paar mit anderen Themen, die mehr die unmittelbare Zweierbeziehung betrafen, beschäftigt war. Zum andern hatte bisher noch jeder der Partner seine eigene Wohnung, zudem war Frau D. noch verheiratet. Aber das anhaltende Bedürfnis nach einer festen Beziehung miteinander und der gemeinsame Alltag zu dritt in einer Wohnung, gab der Beziehungskonstellation bereits den Charakter einer Stief- oder Patchwork-Familie. Die sich anbahnende Scheidung, der Plan eine gemeinsame Wohnung zu suchen und die Überlegungen bezüglich eines gemeinsamen Kindes verstärken dies natürlich erheblich. Und damit gab es für die Beratung ein nächsten großes Thema: „Wir sind eine Stieffamilie! Was bedeutet es für mich, was bedeutet es für dich, in einer Stieffamilie zu leben?“ Die Beschäftigung mit diesem Thema in der 15. Sitzung führte zu einer Sammlung mehrerer Unterthemen, die in den Sitzungen zwischen der 16. und 21. Sitzung im Vordergrund standen.

Zunächst war da die Frage nach der gemeinsamen Identität als Kernfamilie. Stieffamilien leiden häufig unter dem Anspruch eine „richtige oder normale Familie“ sein zu wollen, in der sich alle gleich nah und vertraut sein sollen. „Mit diesem Anspruch sind oft Ängste und Schuldgefühle verbunden. Der allein erziehende Elternteil glaubt, seinen Kindern die Umgebung einer vollständigen Familie genommen und ihnen damit Schaden

zugefügt zu haben. Das Bild der ‚Familie‘ wird dabei meist idealisiert und enthält unrealistische Vorstellungen von Geborgenheit, unbegrenzter Zuneigung und Harmonie und setzt die Mitglieder der neuen Familie unter Druck, einander - sofort – zu lieben und alles richtig, jedenfalls besser als früher zu machen“.³ Diesen Druck verspürten auch Frau D. und Herr L.. Zusätzlich wurde die Idealisierung der „richtigen Familie“ von der Hoffnung, endlich in einer heilen Welt zu leben unterstützt. Diese Hoffnung bestand mehr oder weniger bewusst bei Frau D. und Herrn L., sowie auch bei Anna. Die Vorstellung, erst eine ganz eigene Identität als Stieffamilie entwickeln zu müssen, aber auch die Freiheit zu haben, eine individuelle und für sich selbst passenden Identität entwickeln zu dürfen, war ihnen fremd.

Auch als es um die Gestaltung der Beziehung von Herrn L. und Anna ging wurde der Druck eine „richtige und normale Familie“ sein zu wollen deutlich. Herr L. schilderte einige Beispiele die verdeutlichten, dass er sich in der Position des Stiefvaters unsicher fühlte. Hinzu kam sein Eindruck es Frau D. in dieser Frage nicht recht machen zu können, denn einerseits kritisiere sie seine zögerliche Art der Kontaktaufnahme zu Anna, andererseits würde sie ihm diesbezüglich wenig Gestaltungsspielraum lassen. In einem Beispiel ging es darum, dass Herr L. auf seine Initiative hin mit Anna Mühle gespielt hatte und er sie mehrmals hintereinander gewinnen ließ. Frau D. hätte dann zu ihm gesagt, dass sie es nicht gut fände, wenn er Anna beim Spielen immer gewinnen lassen würde. Es entstand eine Auseinandersetzung zum Thema: „Die Rolle des Stiefvaters: Welche Wünsche hast Du an mich als Stiefvater deiner Tochter? Was wünsche ich mir von Dir als Mutter meiner Stieftochter, um mein Stiefvatersein möglichst optimal gestalten zu können?“ Bei diesem Thema war der Prozess der gemeinsamen Themenformulierung besonders wichtig. Herr L. fand großen Gefallen an der Formulierung „meine Stieftochter“! Anna war nicht „seine Tochter“, sie war aber auch nicht einfach „eine Stieftochter“, sondern eben „seine Stieftochter“.

6. Der Abschluss der Beratung

In der 20. Sitzung spricht das Paar zunächst über die Veränderungen im Zusammenleben, die sich aus dem mittlerweile vollzogenen Umzug in eine gemeinsame Wohnung ergeben haben. Beide bekunden, sich in der Wohnung wohl zu fühlen. Die Organisation des Alltags sei viel einfacher geworden. Auch Tochter Anna hätte recht schnell Anschluss zu den anderen in der Wohnanlage lebenden Kindern gefunden. Nachdem Annas Schule nicht allzu weit von dem neuen Wohnort entfernt ist, sei auch ein Schulwechsel nicht nötig. Allerdings würden die Eltern von Frau D. Druck machen, dass Anna noch regelmäßig zu ihnen kommen solle. Dies sei jedoch jetzt nicht mehr so einfach möglich und von Anna auch nicht mehr gewünscht, da sie nachmittags lieber mit anderen Kindern spielen würde. Es falle Frau D. schwer, dies ihren Eltern zu vermitteln, denn diese würden sicher sehr enttäuscht reagieren. Deshalb schicke sie Anna noch häufig hin, selbst wenn Anna nicht so recht wolle. Gleichzeitig fühle sie sich damit aber sehr unwohl. Wir erarbeiten, dass sich ihre Scheu, sich auf wirkliche Veränderungen und Trennungen einzulassen, auch hier zeigen würde. Diesmal sei jedoch insbesondere ihre Tochter von der Einschränkung betroffen.

Bei längeren Beratungsprozessen kann man davon ausgehen, dass bestimmte Themen wieder auftauchen. Der Grund dafür kann darin liegen, dass der dazugehörige Konflikt weiterhin die Entwicklung blockiert oder durch die Bearbeitung des Themas ist ein Entwicklungsprozess in Gang gekommen, der dieses Thema zu einem späteren Zeitpunkt wieder aktuell werden lässt. Im beschriebenen Fall handelte es sich offenbar um die Folge eines Entwicklungsprozesse, da das sich wiederholende Thema nicht viel Platz benötigte und nicht blockieren wirkte. Nachdem Frau D. deutlich wurde, dass sie aus ihrer Scheu den Eltern eine Enttäuschung zuzumuten Anna etwas aufbürden würde, was diese selbst nicht wolle, gab sie den Druck nicht mehr an Anna weiter.

In den folgenden Sitzungen kamen keine neuen Themen mehr auf. Das Paar konnte mit den bereits bekannten Themen und Konflikten ohne eskalierenden Streit umgehen. Wir sprachen dann darüber, ob nicht der richtige Zeitpunkt gekommen sei, um die Beratung zu beenden. Auf diesem Weg kamen wir zu unserem letzten Thema: „Unser Abschied steht an - Rückblick und Ausblick!“ Frau D. und Herr L. bekundeten für sich persönlich und als Paar sehr viel gelernt zu haben, wenn auch die Sorge, dass es in schwierigen Momenten doch wieder zu Eskalationen kommen könnte, nicht weg war. Und als nächste Herausforderung stand der Kinderwunsch von Herrn L. an, der von Frau D. zwar nicht abgelehnt wurde, aber gerne wollte sie sich nach den Strapazen der letzten Zeit noch etwas erholen, bis sie sich frei für eine Schwangerschaft fühlen würde. „Wie lange wird dies nur dauern?“, fragte Herr L..

Martin Reinhardt, Diplom-Sozialpädagoge, ist Partnerschafts- und Sexualberater, Familien- und Lebensberater bei *pro familia* München sowie freiberuflich arbeitender Coach und Trainer. Schlossberg 1, D-85386 Eching-Ottenburg

Internet: www.martin-reinhardt.de - E-Mail: kontakt@martin-reinhardt.de

¹ Reiser, H. (1998) *Themenzentrierte Interaktion als Rahmenkonzept für die Supervision*.

In: Themenzentrierte Supervision, Mainz: Grünewald. S. 32/33

² Petri, H. (1991) *Verlassen und verlassen werden*. Zürich: Kreuz Verlag. S. 19

³ Krähenbühl, V. Jellouschek, H. (1995) *Stieffamilien*. Lambertus-Verlag. S. 74