

Rudolf Sanders & Christine Kröger

Die Partnerschule als schematherapeutisch orientierter und emotionsfokussierender Beratungsansatz für Paare

1. Einleitende Überlegungen

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

Die Schematherapie nach Young wurde auf der Grundlage der kognitiven Verhaltenstherapie entwickelt, erweitert das stark symptom- bzw. störungsbezogene Vorgehen jedoch zu einem integrativen Gesamtkonzept, das vor allem bei tief verankerten persönlichkeitsbedingten Beeinträchtigungen wirksame Behandlungsmöglichkeiten eröffnet. Dies gelingt durch eine stimmige Verbindung von Konzepten aus der Tiefenpsychologie, der Gestalttherapie, der Bindungstheorie, der Transaktionsanalyse und der aktuellen neurobiologischen Forschung. Ein ganz entscheidender Wirkfaktor scheint darin zu bestehen, dass durch den Einsatz von Imaginationen und Methoden aus der Gestalttherapie gezielt Veränderungen auf der Ebene emotionaler Prozesse angestoßen werden (Young et al., 2008). Die therapeutische Beziehung zeichnet sich in der Schematherapie dadurch aus, dass sie - unter Berücksichtigung der Bedeutung früher Beziehungserfahrungen der Klienten¹ - einen Rahmen für „begrenzte elterliche Fürsorge“ bietet (vgl. Young et al., 2008). Dies bedeutet, dass sich Therapeuten bzw. Berater als Person in den Therapieprozess einlassen und dass sie dabei - so wie gute Eltern - ihren Klienten einerseits ein hohes Maß an emotionalem Halt, Zuwendung und Sicherheit geben, sie andererseits aber auch fordern, indem aktiv und empathisch konfrontierend darauf hingearbeitet wird, dass sich Klienten mit schmerzhaften Erfahrungen aus-

¹ Die Begriffe Klient, Berater und Therapeut werden im Folgenden geschlechtsneutral verwendet und schließen (sofern keine nähere Spezifizierung erfolgt) sowohl Frauen als auch Männer mit ein. Lediglich aus Gründen der besseren Lesbarkeit wurde das Maskulinum gewählt.

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

Der emotionsfokussierte Ansatz der Paartherapie zeichnet sich durch ein konsequent bindungsorientiertes Verständnis von Paarbeziehungen aus und rückt den Umgang mit Emotionen in den Mittelpunkt der beraterisch-therapeutischen Arbeit. Paare werden dabei unterstützt, einen Zugang zu bindungsbezogenen Emotionen (z.B. Ängste vor Verlassenwerden, vor Vereinnahmung) und Bedürfnissen (z.B. nach Nähe, Trost) zu entwickeln, die hinter destruktiven Interaktionsmustern bei anhaltenden Paarkonflikten liegen (vgl. Johnson, 2009, 2011). Dementsprechend geht es darum, die entscheidenden emotionalen Themen zu bearbeiten, die sich mit Konflikten verbinden. Dafür ist es sinnvoll, Paaren auch Kommunikations- und Problemlösekompetenzen zu vermitteln – Greenberg (2006) betont jedoch, dass die beraterisch-

therapeutische Unterstützung darüber hinaus gehen muss, indem die Partner dabei unterstützt werden, ihre primären Emotionen wahrzunehmen, einzuordnen und vor allem auch zu regulieren.

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

Empirische Befunde bestätigen, dass ein vergleichsweise hoher Anteil an Ratsuchenden in der Paarberatung auf Grund prägender emotionaler Beziehungserfahrungen in der Vergangenheit (insbesondere in der Kindheit) maladaptive Schemata und Beziehungserwartungen entwickelt hat. Beispielsweise gaben in der

Studie von Saßmann und Klann (2002) über 40% der Ratsuchenden an, dass sie von ihren Eltern nur dann geliebt wurden, wenn sie sich so verhielten, wie ihre Eltern es wollten und 33% schilderten, dass sie es als Kind ihren Eltern nie recht machen konnten, egal, was sie taten. In der Normalbevölkerung liegen die entsprechenden Anteile bei jeweils gut 10%.

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

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

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

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

Ein Blick in die Geschichte zeigt uns unterschiedliche Ideen für das Zusammenleben von Frau und Mann (Überblick z.B. bei Barabas & Erler, 2002). Aber was begegnet uns heute, in postmoderner Zeit? Auf der einen Seite spiegelt die zunehmende Instabilität von Ehen und Partnerschaften in den westlichen Industrienationen einen allgemeinen Trend wider (vgl. Pinsof,

2002): In Deutschland haben sich 2011 rund dreimal soviel Paare scheiden lassen wie 1960. Auf der anderen Seite – und das ist das Entscheidende und Berührende – wünschen sich die meisten Menschen eine glückliche, harmonische und vor allem langfristige Partnerschaft (vgl. Hahlweg & Bodenmann, 2003) und in den Zukunftsperspektiven vieler junger Menschen spielen Kinder, also die Gründung einer eigenen Familie, eine ganz zentrale Rolle (Hurrelmann & Albert, 2006).

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

Paare, Eltern und Familien sind heutzutage mit komplexen Lebensbedingungen konfrontiert, die sich - kurz zusammengefasst - durch Individualisierung, Pluralisierung und Enttraditionalisierung auszeichnen (vgl. Fuhrer, 2007). In unserer Gesellschaft ist eine Vielfalt an Werteorientierungen, Lebensstilen und Formen familialen Zusammenlebens möglich, wobei die traditionell starken sozialen Instanzen, wie Großfamilie oder Gemeinde an Einfluss verlieren. Diese Entwicklung ist nicht nur zu beklagen - ganz im Gegenteil: Sie bedeutet einen Gewinn an Handlungsspielräumen und eröffnet die Chance zur individuellen Lebensgestaltung; gleichzeitig ist sie aber mit einem Verlust an Sicherheit, an Orientierung und an Handlungswissen verbunden. Letztendlich sind Männer und Frauen erst seit zwei Generationen herausgefordert, ihre Beziehung auf Gleichberechtigung basierend zu gestalten. Die „Hausfrauenehe“ wurde 1976 abgeschafft – bis zu diesem Zeitpunkt konnte ein Mann z.B. den Arbeitsvertrag seiner Ehefrau gegen deren Willen kündigen. Heute stehen Männer und Frauen vor der anspruchsvollen Aufgabe ihre Rollenbeziehungen miteinander auszuhandeln, was hohe Kommunikations- und Problemlösekompetenzen erfordert. Eng damit verbunden ist, dass Fragen nach Vereinbarkeit von Familie und Beruf immer drängender werden. Gleichzeitig brechen tragfähige soziale Netze, die z.B. auch bei der Betreuung von Kindern Unterstützung bieten können, weg. Zum einen durch den Verlust von Bindungen an Familie, Kirche oder Arbeitervereine, zum anderen dadurch, dass der Arbeitsmarkt eine enorme Flexibilität und räumliche Mobilität abverlangt. Die (vermeintlich...?) unendlichen Möglichkeiten lassen Menschen jedoch nicht zwingend freier und glücklicher werden, sondern führen allzu oft zum Gefühl verpasster Chancen, zum Erleben eigentlich mehr erreichen oder haben zu können (vgl. Hillenkamp, 2010). Dabei scheint die Fülle an Lebensentwürfen auch die Erwartungen an Partnerschaften enorm in die Höhe geschraubt zu haben – eben ganz im Sinne des Schlagers „Ich will

alles, ich will alles und zwar sofort“. Statt sich auf *den einen* oder *die eine* wirklich einzulassen, bietet ja der oder die potenzielle Andere vielleicht doch die Chance, noch glücklicher zu werden. So nimmt die Unverbindlichkeit und damit auch das Nichtverbunden-Sein zu. Der Preis dafür ist hoch: Mit einer Trennung oder Scheidung gehen – ebenso wie mit schweren Beziehungskrisen und Partnerschaftskonflikten – erhebliche Beeinträchtigungen der psychischen und physischen Gesundheit beider Partner einher (Bodenmann, 2000; Hahlweg, 2003; Robles & Kiecolt-Glaser, 2003). Darüber hinaus sind eine Trennung oder Scheidung der Eltern ebenso wie das Aufwachsen in einer durch chronische Paarkonflikte belasteten Familie zentrale Risikofaktoren für die Entstehung und Aufrechterhaltung von Verhaltensstörungen und emotionalen Auffälligkeiten im Kindes- und Jugendalter. Paare sind eben die „Architekten der Familie“ – wie bereits Virginia Satir (1972) so treffend hervorhob – und wir verfügen mittlerweile über eine fundierte Basis an theoretischen Überlegungen und empirischen Befunden, die diesen engen Zusammenhang zwischen der Paarbeziehung der Eltern und der kindliche Entwicklung verstehen lassen (vgl. Kröger, Haslbeck, Dahlinger & Sanders, 2008). Gleichzeitig mehren sich die Hinweise darauf, dass wir die negativen Folgen einer elterlichen Trennung oder Scheidung für die betroffenen Kinder und Jugendlichen eher unterschätzen: Beispielsweise konstatierten die Familienrichter in Nordrhein-Westfalen im Rahmen einer Presseerklärung eine Steigerung der Kriminalitätsrate bei Kindern und Jugendlichen und benannten als Ursache vor allem eine Verletzung des kindlichen Bindungsbedürfnisses durch Trennung und Scheidung sowie mangelnde Erziehungskompetenz (Richterbund, 2004). Auch die Idee, man könne Kindern durch eine kooperative und freundliche Scheidung Leid ersparen, erweist sich zunehmend als Trugschluss. Marquardt (2007) zeigt in ihrem Buch, das auf Interviews mit über 1500 jungen Erwachsenen basiert (die eine Hälfte hat eine Scheidung der Eltern erlebt, die andere nicht), eindrucksvoll auf, wie sehr eine Scheidung die Kindheit verändert. Selbst bei „guten“ Scheidungen vermissen die betroffenen Kinder Halt, Sicherheit und Verlässlichkeit und haben das Gefühl, wie Erwachsene funktionieren zu müssen. Sie stehen vor der Herausforderung die beiden unterschiedlichen Lebenswelten ihrer Eltern zu integrieren und haben damit eine Aufgabe, die vielfach überfordert, verunsichert und einsam macht. Dabei will Marquardt, die selbst Kind einer „glücklichen“ Scheidung ist, sich trennenden Eltern keineswegs Vorwürfe machen – sie betont ausdrücklich, dass es Situationen gibt, in denen eine Scheidung ein sinnvoller Weg ist. Ihr Anliegen ist vielmehr, das Erleben der Kinder konsequent in den Mittelpunkt zu rücken.

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

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

Leider findet sich dieses Nicht-Wahrhaben-Wollen nicht nur bei Betroffenen, sondern auch in der Fachliteratur und betrifft hier vor allem die Bedeutung von Hilfen für Paare – und zwar solange diese ein Paar sind! In der 2. durchgesehenen Auflage zur Beratungspsychologie (Nußbeck, 2010) fällt die im Kinder- und Jugendhilfegesetz (SGB VIII, KJHG 17) verankerte Pflichtaufgabe von Kommunen, Elternpaare zu einem partnerschaftlichem Miteinander zu befähigen und darin zu unterstützen, Probleme konstruktiv zu lösen, glatt unter den Tisch. Obwohl die Ehe- und Paarberatung diese wichtige Aufgabe leistet - allein in den katholischen Eheberatungsstellen werden mit steigender Tendenz jährlich über 100.000 Klienten unterstützt (Ziegler, 2003) - wird in dieser Veröffentlichung eine Beratung nur auf §17, 3 der Beratung im Falle einer Trennung und Scheidung bezogen: „Das KJHG formuliert neben dem Anspruch auf Hilfe zur Erziehung auch die Verpflichtung zur Beratung bei Trennung und Scheidung.“ (Nußbeck, 2010, S. 144). Darüber hinaus wird eine zentrale Untersuchung zur Wirksamkeit von *Paarberatung* (Klann & Hahlweg, 1994) fälschlicherweise als Nachweis der Wirksamkeit von Familien- und *Erziehungsberatung* zitiert (Nußbeck, 2010, S.129). Uns ist wichtig, an dieser Stelle zu betonen, dass die Wirksamkeit von *Ehe- und Paarberatung* in mehreren prospektiven Studien bestätigt werden konnte (Klann & Hahlweg, 1994; Klann, 2002). Dabei gibt es in der Ehe- und Paarberatung einen hohen Anteil an Elternpaaren, die erhebliche Belastungen in der Kindererziehung aufweisen. Cowan und Cowan (2012) konnten im Rahmen einer Längsschnittstudie empirisch belegen, dass die Teilnahme von Eltern an einer partnerschaftsbezogenen Gruppe nicht nur positive Auswirkungen auf die Paarbeziehung, sondern auch auf die Eltern-Kind-Beziehungen und die kindliche Entwicklung insgesamt hat. Demgegenüber zeigten sich bei Eltern, die an einer auf Erziehungsfragen bezogenen Gruppe teilnahmen lediglich Veränderungen in der Qualität des Erziehungsverhaltens, nicht jedoch in der Beziehung zwischen den Eltern. Besonders beeindruckend ist, dass die Kinder der Eltern, die die paartherapeutische Inter-

vention bekommen hatten, noch 10 Jahre später von ihren Lehrerinnen als sozial und schulisch kompetenter eingeschätzt wurden und weniger problematische Verhaltensweisen zeigten (vgl. Cowan, Cowan & Barry, 2011).

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

3. Die Vision vom Paar: So nah – und doch so unerreichbar?

In der Antike war die Vorstellung verbreitet, dass die Geschlechterteilung nicht von Anfang an bestanden habe, sondern einen Spätzustand des Menschseins darstellt. In Platons „Symposium“ („Gastmahl“) ist von kugelrunden Doppelwesen die Rede, die die Götter in zwei Hälften schnitten, aus Angst vor deren Kraft und Stärke. Seitdem gehen die beiden Teile getrennt, aufrecht auf zwei Beinen und haben Sehnsucht danach, sich mit dem jeweils anderen Teil wieder zu vereinen. Dieser Drang der zwei Hälften, sei die Liebe („erôs“).

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

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

Zu Beginn ihrer Beziehung haben Paare meist selbst eine starke und erfüllende Vision von ihren Möglichkeiten – auf dem gemeinsamen Lebensweg geht diese manchmal verloren. Immerhin tragen beide einen „Rucksack“ mit Lebenserfahrungen. Diese können – bei verlässlichen und liebevollen frühen Beziehungserfahrungen mit wichtigen Bezugspersonen – „Wegzehrung“ sein und hilfreich, stärkend und wachstumsorientiert wirken. Sie können aber auch die gemeinsame Wegstrecke schwer werden lassen – insbesondere, wenn die frühen Beziehungserfahrungen mit tiefen Verletzungen der zentralen psychischen Grundbedürfnisse verbunden waren (vgl. Abschnitt 1). Das Herausfordernde ist, dass die daraus resultierenden Schemata nur implizit zur Verfügung stehen, blitzschnell „getriggert“ werden und die Betroffenen in Millisekunden reagieren und handeln, ohne dass sie sich des Auslösers bewusst sind. Roediger (2012) vergleicht das mit dem Bild einer Klingel. Eine aktuelle Erfahrung (z.B. eine Bemerkung des Partners, ein bestimmtes Verhalten) löst ein Reaktionsmuster aus – genauso wie eine Klingel nur klingelt, wenn jemand auf den Knopf drückt. Die Klingel würde aber ohne entsprechende Leitungen zur Glocke stumm bleiben. Das heißt, es wird hilfreich sein, zu lernen, zwischen Auslöser und inneren Voraussetzungen, die die Reaktionen (das Klingeln) wesentlich mit bedingen, zu unterscheiden (Roediger, 2012, S. 12).

In Paarbeziehungen hat derjenige, bei dem es „läutet“ den Eindruck (meist sogar die feste Überzeugung), dass der, der das Klingeln auslöst, der Verursacher sei. Es folgen Streit, Vorwürfe, Feindseligkeiten, Beleidigungen oder andere - für den Partner un-

begreifliche - Verhaltensweisen. Bei Paaren in der Krise gelingt es nicht mehr das zu klären. Einer oder beide verhalten sich wie ein verletzbares, wütendes, oder undiszipliniertes Kind (vgl. Modus-Modell der Schematherapie, z.B. Roediger, 2012). Es kann auch sein, dass sich einer wie ein glückliches Kind verhält und der andere dies nicht aushalten kann, neidisch und eifersüchtig auf das innere Glück des anderen reagiert. Ähnlich wie wir die Grammatikregeln unserer Muttersprache implizit kennen und anwenden, wenden wir auch die Regeln für das Leben in einer nahen Beziehung implizit an, ohne diese benennen zu können – aber manchmal wird spürbar, dass der Rucksack, der eigentlich Proviant enthalten sollte, nur eine drückende Last ist...

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

4. Die Partnerschule: Ein klärungs- und bewältigungsorientierter Ansatz

4.1 Entstehung der Partnerschule

Die Partnerschule, die sich insbesondere durch beraterische Arbeit in und mit Gruppen von Paaren auszeichnet, wurde von Rudolf Sanders ab 1990 kontinuierlich an der Katholischen Beratungsstelle für Ehe- und Familienfragen Hagen und Iserlohn entwickelt (Sanders, 1997, 1998, 2001, 2005). Dabei kommt in der Diskussion mit Fachleuten und Laien nicht selten die Frage auf, ob das klare Ziel der Stabilisierung einer Ehe oder Partnerschaft seitens des Beraters überhaupt gerechtfertigt sei oder ob es nicht zunächst darum gehen müsse, herauszufinden, ob ein Paar überhaupt zusammen bleiben wolle oder nicht, „da muss man doch ergebnisoffen sein“ – so ein häufiger Einwand. Angesichts der gravierenden Folgen von Trennung und Scheidung für die Betroffenen und deren Kinder (vgl. Abschnitt 2) fiel die Entscheidung, alles, was die wissenschaftliche Forschung an Erkenntnissen zur Verfügung stellt, zu nutzen, um eine Ehe oder Partnerschaft zu stabilisieren (vgl. Sanders, 2006, S. 18). Selbstverständlich wird dies zu Beginn eines Beratungsprozesses dem Paar gegenüber transparent kommuniziert. Die Rückmeldungen ratsuchender Paare sprechen dafür, dass der Zuspruch zur Partnerschule genau mit dieser Entscheidung und der damit verbundenen eindeutigen Zielorientierung in Zusammenhang steht.

Der Begriff *Partnerschule* wurde gewählt, weil sich Ratsuchende leichter mit dem Begriff eines Lernenden in Sachen Partnerschaft identifizieren können. Eine Reihe an prospektiven Studien belegt

die Wirksamkeit und Nachhaltigkeit dieses Ansatzes (Kröger & Sanders, 2002, 2005; Kröger, 2006; Sanders, 1997).

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

4.2 Ein schematherapeutisches Verständnis von Partnerschafts-problemen: Implikationen für die Beratungsarbeit

Den Empfehlungen von Klaus Grawe folgend werden in der Partnerschule die Klärungs- und Bewältigungsperspektive, aus seiner Sicht die wichtigsten therapeutischen Wirkprinzipien (1996), miteinander verbunden und umgesetzt. Gemeinsam mit den Partnern wird eine nachvollziehbare Erklärung für die Entstehung ihrer Probleme im Miteinander erarbeitet, was dazu motiviert, neue Muster ihres „Beziehungstanzes“ zu lernen und einzuüben. Das Wissen um und die Auswirkungen von Schemata spielen eine zentrale Rolle, damit beide die Beziehungsverwirrungen verstehen und einordnen können. Dabei wird auch vermittelt, dass es im innerpsychischen Geschehen zwei qualitativ unterschiedliche Funktionsweisen gibt: eine implizite und eine explizite. Letztere wird von Bewusstsein und Willen begleitet, also von mitteilbaren inneren Konzeptionen; demgegenüber ist die implizite Funktionsweise nicht von Bewusstheit begleitet, sondern „automatisiert“, so dass entsprechende Prozesse „bottom-up“ und mit hoher Geschwindigkeit erfolgen (vgl. auch Abschnitt 3). Kennzeichnend ist, dass im impliziten Funktionsmodus mehrere Prozesse gleichzeitig ablaufen – dies stellt nach Grawe (1998) einen Schlüssel zum Verständnis des menschlichen Seelenlebens und damit auch einen Schlüssel zum Verständnis von Partnerschaftskonflikten dar.

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

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

Es ist davon auszugehen, dass zu Beginn einer Beratung in hohem Maß das Grundbedürfnis nach Orientierung und Kontrolle (Grawe, 2004) aktiviert ist. Ratsuchende wollen die Regeln im nahen Miteinander verstehen, die sie zwar anwenden, von deren Existenz und Art sie aber (noch) kaum Bewusstheit haben. Wir unterstellen, dass Paare in die Paarberatung kommen, um diese Regeln kennen zu lernen und so zu steuern, dass sie verändert werden können. Dabei geht es zunächst darum, zu verstehen, was los ist, was auf unbewusster Ebene immer wieder miteinander passiert. Denn unangenehmer als ein aversives Ereignis selbst (z.B. feindselige Vorwürfe vom Partner) ist es, aus heiterem Himmel und ohne nachvollziehbaren Grund damit konfrontiert zu werden. Es macht es leichter zu wissen: „Bei dem aller kleinsten Anzeichen, dass seine Bedürfnisse übersehen werden könnten, tickt er aus und brüllt herum“ und auch: „dann meint er es eigentlich nicht so und hinterher tut es ihm leid“ und vor allem „das hat mehr mit seinen Erfahrungen als kleiner Junge zu tun, weil er immer zurückstecken musste, die Mutter absorbiert war von der Pflege des Bruders mit schweren Mehrfachbehinderungen – und weniger, mit dem, was ich getan und gesagt habe“.

Ein plausibles Modell für die Entstehung und den Verlauf hat auch insofern große Bedeutung, als dadurch eine neue kognitive Strukturierung der Problematik erfolgt, die Distanzierung erlaubt und Einflussmöglichkeiten eröffnet. Dabei ist zu beachten, dass das entscheidende Kriterium für die Richtigkeit eines solchen Mo-

dells dessen Plausibilität aus Sicht der Klienten ist (vgl. Kanfer, Reinecker & Schmelzer, 2006).

Ziel des Klärungsprozesses ist es, den Ratsuchenden einen Rahmen zur Verfügung zu stellen, in dem sie ihr Erleben und Handeln, ihre Schemata verstehen lernen. Um diesen Klärungsprozess anzustoßen, werden verschiedene diagnostische Verfahren eingesetzt, d.h. die Ratsuchenden bekommen die standardisierten Fragebögen der Beratungsbegleitenden Forschung (BF; Klann, 2002; Klann & Hahlweg, 1994). Zur Einschätzung wesentlicher Aspekte der Paarbeziehung werden der Fragebogen zur Einschätzung von Partnerschaft und Familie (EPF; Klann, Hahlweg, Limbird & Snyder, 2006) und die Problemliste (PL; Hahlweg, 1996) genutzt. Eine Beurteilung der eher individuellen Belastungssymptomatik ermöglicht zum einen die Allgemeine Depressionsskala (ADS; Hautzinger & Bailer, 1992), die sich insbesondere zur Erfassung depressiver Verstimmungen in der Allgemeinbevölkerung eignet, und zum anderen die Beschwerdenliste (BL; Zerssen, 1976) anhand derer sich subjektive, überwiegend körperlich bedingte Beeinträchtigungen (wie z.B. Mattigkeit, innere Unruhe) quantitativ einschätzen lassen. Zur Erfassung der allgemeinen subjektiven Lebensqualität bzw. -zufriedenheit der Klienten wird das Modul A des Fragebogens zur Lebenszufriedenheit (FLZ-A; Henrich & Herschbach, 2000) eingesetzt. Eine ausführliche Beschreibung der Fragebogenbatterie findet sich bei Sanders (2006, S. 160 -167) und Kröger (2004).

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

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

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

Damit eine solche Offenheit innerhalb einer Gruppe von Paaren möglich wird und diese nicht nur als Zeugen („Ja, wir glauben dir, was du als Kind erlebt hast, was dir widerfahren ist“), sondern im Sinne von „Empowerment“ als tragende Gemeinschaft erlebt werden kann, sind die Herausforderungen und Besonderheiten des Gruppensettings zu berücksichtigen (Fiedler, 1996; Sanders, 2008). Hier kommt dem Grundprinzip der Freiwilligkeit zentrale Bedeutung zu: Zu Beginn der Seminare wird ausdrücklich darauf

hingewiesen, dass alle Angebote der Gruppenarbeit freiwillig sind und niemals ein Zwang zur Teilnahme besteht. So ist es prinzipiell möglich, dass jemand schweigend an der Partnerschule teilnimmt. Entscheidend ist nur, dass er bzw. sie dies mitteilt. Tatsächlich ist dies in den letzten 20 Jahren in mehr als 135 Seminaren noch nicht vorgekommen. Dies ist vermutlich auch darauf zurückzuführen, dass seitens der Leitung maximaler Schutz für den Einzelnen realisiert wird. So werden Aggressionen der Gruppenmitglieder untereinander sofort unterbrochen und geklärt. Außerdem zeichnet sich die beraterisch-therapeutische Arbeit durch ein hohes Maß an Transparenz aus und es wird bewusst eine wohlwollende, Sicherheit gebende und offene Atmosphäre aufgebaut (vgl. auch Abschnitt 4.5). Dieses Erleben von „aufgehoben und sicher sein“ in der Gruppe und bei den Beratern ist Voraussetzung dafür, dass die mit der Aktivierung von Schemata verbundenen Emotionen ausgedrückt werden können.

Die emotionale Aktivierung von Schemata erfolgt in der Partnerschule durch verschiedene Imaginationen bzw. hypnoide Trancen zur Kindheit (Sanders, 2006, S.189). Vorstellungsbilder eröffnen einen Zugang zu Emotionen, der nicht durch Bedeutungszuschreibungen und sprachbasierte Erinnerungen blockiert wird. So wird die Assoziationsfähigkeit des non-deklarativen Gedächtnisses genutzt, denn insbesondere bei frühen Erfahrungen stehen uns keine bzw. nur fragmentarische verbalisierbare Gedächtnisinhalte zur Verfügung.

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

Wenn die Teilnehmer anschließend wieder mit ihrer Aufmerksamkeit im Hier und Jetzt präsent sind, ist es sinnvoll, das in der Trance Erlebte (dies wird vor der Imagination angekündigt) in einem schöpferischen Akt auszudrücken (z.B. durch Farben auf einem großen Blatt Papier oder durch das Formen von Ton). Die praktische therapeutische Arbeit zeigt, dass über diesen Weg tatsächlich sehr häufig zentrale emotionale Schlüsselerfahrungen auftauchen und „fassbar“ werden, die von starken Verletzungen und intensiven Gefühlen (wie Angst, Enttäuschung, Scham) geprägt sind. Durch das Teilen dieser Erfahrungen in der Gruppe und das Teilhabendürfen an den Biografien der anderen, wird meist recht deutlich, welche impliziten Regeln für den einzelnen

bei der Beziehungsgestaltung zum Tragen kommen. So entsteht Verständnis für und Zugang zu Beziehungsmustern und den zugrundeliegenden Schemata. Dabei spielt die Erfahrung, nicht nur mit allem angenommen zu sein, sondern auch, mit Hilfe der Gruppe und der Berater zu entdecken, welche *Kompetenz*, in dem, was heute stört, einmal gesteckt haben mag (Fiedler, 1995), ebenfalls eine entscheidende Rolle.

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

4.4 Emotionen als Ressourcen und Energiequelle

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

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

haltige anamnestische und diagnostische Informationen, vor allem auch dadurch, wie das Paar seine Beziehungsgeschichte schildert.

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

4.5 Zur Bedeutung der begrenzten elterlichen Fürsorge

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

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

Grawe (1998, 2004) hat in seiner Forschungsarbeit immer wieder betont, dass sich Vermeidungsschemata überaus negativ auf die

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

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

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

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

Unterstützende und tragfähige zwischenmenschliche Beziehungen sind letztlich das beste und wirksamste „Arzneimittel“ gegen seelischen und körperlichen Stress – sie wirken wie ein „soziales Immunsystem“ (vgl. Pauls, 2011, S. 85). Dementsprechend nimmt das Erkrankungsrisiko zu, wenn Menschen nur in geringem Ausmaß in soziale Beziehungen eingebunden sind bzw. wenn sich die Qualität ihrer zwischenmenschlichen Beziehungen verschlechtert (zusammenfassend bei Pauls, 2011). In der Studie von Saßmann und Klann (2002) wurde deutlich, dass Ratsuchende dies intuitiv erfassen und sich mehr Hilfestellung und solidarische Unterstützung im nahen sozialen Umfeld wünschen. Von den befragten Klienten von Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstellen wünschten sich 89% mehr Kontakt zu Freunden und 59% äußerten, mehr Kontakt zu Nachbarn haben zu wollen.

Die Partnerschule schafft gerade durch die beraterische Arbeit in Gruppen eine Basis für Kontakte und somit dafür, dass Klienten genau diese Wünsche realisieren können. Das Bedürfnis der Klienten, das, was sie an Miteinander und Solidarität in den Gruppen erfahren haben, in ihren Alltag zu transportieren, spiegelt sich auch darin wider, dass im Mai 2000 ehemalige Ratsuchenden den Verein Netzwerk Partnerschule e.V. gegründet haben, der einen Rahmen für informelles Miteinander bietet (Sanders, 2008).

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

5. Ausblick: Paare als Eltern

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

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

Im Rahmen der Partnerschule werden die Kinder während der Seminararbeit ihrer Eltern parallel in einer eigenen Gruppe betreut. Im Verlauf ist meist eine deutliche Entspannung zwischen Eltern und Kindern zu beobachten, was sich z.B. darin zeigt, dass die Kinder zu Beginn der Partnerschule bei den gemeinsamen Mahlzeiten nicht von der Seite ihrer Eltern weichen, diese ständig ängstlich-aufmerksam im Blick haben. Nach einigen Tagen eta-

bliert sich meist ein eigener Kindertisch und wir nehmen die Kinder insgesamt ausgelassener und unbeschwerter wahr. Dies dürfte nicht zuletzt darauf zurück zu führen sein, dass die Kinder implizit erleben, dass und wie ihre Eltern die Verantwortung für ihre Probleme selbst übernehmen (Sanders, 2013).

Somit gehen wir davon aus, dass sich mit der Partnerschule positive Auswirkungen auf das Familienleben insgesamt verbinden, insbesondere auch auf das Befinden der Kinder (vgl. auch Kröger et al., 2008). Eine glückliche und zufriedenstellende Partnerschaft erleichtert es, die Herausforderungen der Erziehungsaufgabe kompetent zu bewältigen.

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

Zusammenfassung

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

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

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

Abstract

The following article deals with the importance of schema therapy and emotionally focused therapy for marital and couples counselling. Based on the couple therapy program 'Partnerschule' we show, how elements of schema therapy and emotionally focused therapy enrich the treatment of couples. Finally the paper outlines the positive effects of effective marital and couples counselling on family relations and especially on children's well-being.

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

Literatur

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

- Hahlweg, K. & Bodenmann, G. (2003): Universelle und indizierte Prävention von Beziehungsstörungen. In I. Grau & H.W. Bierhoff (Hrsg.), *Sozialpsychologie der Partnerschaft* (S. 191-217). Berlin: Springer.
- Hautzinger, M. & Bailer, M. (1992): *Allgemeine Depressionsskala ADS*. Weinheim: Beltz Test Gesellschaft.
- Heinrichs, N., Bodenmann, G. & Hahlweg, K. (2008): *Prävention bei Paaren und Familien*. Göttingen: Hogrefe.
- Henrich, G. & Herschbach, P. (2000): Fragen zur Lebenszufriedenheit (FLZ). In: U. Ravens-Sieberer & A. Cieza (Hrsg.), *Lebensqualität und Gesundheitsökonomie in der Medizin* (S. 98-110). München: ecomed.
- Hillenkamp, S. (2010): *Das Ende der Liebe: Gefühle im Zeitalter unendlicher Freiheit*. Stuttgart: Klett Cotta.
- Hurrelmann, K. & Albert, M. (2006): *15. Shell Jugendstudie. Eine pragmatische Generation unter Druck*. Frankfurt: Fischer Taschenbuch Verlag.
- Hüther G. (2001): *Bedienungsanleitung für ein menschliches Gehirn*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Jacob, G. & Arntz A., (2011): *Schematherapie in der Praxis*. Weinheim: Beltz Verlag.
- Johnson, S. M. (2009): *Praxis der Emotionsfokussierten Paartherapie*. Paderborn: Junfermann.
- Johnson, S. M. (2011): *Halt mich fest. Sieben Gespräche zu einem von Liebe erfülltem Leben. Emotionsfokussierte Therapie in der Praxis*. Paderborn: Junfermann.
- Kanfer, F.H., Reinecker, H. & Schmelzer, D. (2006): *Selbstmanagement-Therapie. Ein Lehrbuch für die klinische Praxis*. Berlin: Springer.
- Klann, N. (2002): *Institutionelle Beratung: Ein erfolgreiches Angebot. Von den Beratungs- und Therapieschulen zur klientenorientierten Intervention*. Freiburg i.B.: Lambertus.
- Klann, N. & Hahlweg, K. (1994): *Beratungsbegleitende Forschung - Evaluation von Vorgehensweisen in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung und ihre spezifischen Auswirkungen* (Schriftenreihe des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend Band 48.1). Stuttgart: Kohlhammer.
- Klann, N., Hahlweg, K., Limbird, C. & Snyder, D. (2006): *Einschätzung von Partnerschaft und Familie. Deutsche Form des Marital Satisfaction Inventory – Revised (MSI-R) von Douglas K. Snyder*. Göttingen: Hogrefe.
- Kröger, C. (2004): *Zur Wirksamkeit der Katholischen Ehe-, Familien- und Lebensberatung in Nordrhein-Westfalen. Wissenschaftlich begleitete Studie zur Klärung von Effektivität und Effizienz von Ehe-, Familien- und Lebensberatung „unter Feldbedingungen“*. Unveröffentlichter Abschlussbericht.
- Kröger, C. (2006): Evaluation. In R. Sanders (Hrsg.), *Beziehungsprobleme verstehen – Partnerschaft lernen. Partnerschule als Kompetenztraining in Ehe- und Familienberatung* (S. 255-268). Paderborn: Junfermann.
- Kröger, C., Hahlweg, K. & Klann, N. (2004): Eltern in der Eheberatung: Zu den Auswirkungen von Ehe- und Paarberatung auf die Zufriedenheit mit der Kindererziehung. *Verhaltenstherapie und Psychosoziale Praxis*, 36, 821-834.
- Kröger, C., Haslbeck, A., Dahlinger, K. & Sanders, R. (2008): „Paare sind Architekten der Familie“ – Zur Bedeutung der Paarbeziehung für die Familienentwicklung. *Beratung Aktuell*, 9, 139-155.
- Kröger, C. & Klann, N. (2006): Väter in der Ehe- und Paarberatung. *Beratung Aktuell*, 7, 242-254.
- Kröger, C. & Sanders, R. (2002): Klärung und Bewältigung von Partnerschaftsstörungen in und mit Gruppen. Effektivität und Effizienz des paartherapeutischen Verfahrens Partnerschule. *Beratung Aktuell*, 4, 176-195.
- Kröger, C. & Sanders, R. (2005): Paarberatung in und mit Gruppen - eine wirksame Intervention? *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*, 34, 47-53.

- Lutz, R. (Hrsg.) (2012): *Erschöpfte Familien*. Wiesbaden: Verlag für Sozialwissenschaften.
- Marquardt, E. (2007): *Kind sein zwischen zwei Welten. Was im Inneren von Scheidungskindern vorgeht*. Paderborn: Junfermann
- Nußbeck, S. (2010): *Einführung in die Beratungspsychologie*. Stuttgart: UTB.
- Pauls, H. (2011): *Klinische Sozialarbeit. Grundlagen und Methoden psychosozialer Behandlung*. Weinheim: Juventa.
- Pinsof, W. (2002): The death of „Till death do us part“. The transformation of pair-bonding in the 20th century. *Family Process*, 41, 135-157.
- Richterbund – NRW (Hrsg.) (2004): *Kinder- und Jugendkriminalität- Schicksal einer modernen, offenen Gesellschaft? Strategien des DRB NRW zur Bekämpfung der Kinder- und Jugendkriminalität*. http://www.drbrw.de/attachments/403_04-11-20_thesepapier_kinder-und-jugendkriminalitt.pdf (30.1.2013)
- Robles, T.F. & Kiecolt-Glaser, J.K. (2003): The physiology of marriage: Pathways to health. *Physiology & Behavior*, 79, 409-416.
- Roediger, E. (2006): Grundlagen der Schematherapie nach Jeffrey Young - Schemastehung – Fallkonzeption – Therapeutenverhalten – Eine Einführung. *Verhaltenstherapie und Verhaltensmedizin*, 27, 189-205.
- Roediger, E. (2008): Stationäre Schematherapie auf einer psychosomatischen Akutstation. *Verhaltenstherapie und Psychosoziale Praxis*, 40, 281-294.
- Roediger, E. (2009): *Was ist Schematherapie? Eine Einführung in Grundlagen, Modell und Anwendung*. Paderborn: Junfermann.
- Roediger, E. (2010): *Praxis der Schematherapie, Grundlagen-Anwendungen-Perspektiven*. Stuttgart: Schattauer.
- Roediger, E. (2012): *Raus aus den Lebensfallen! Das Schematherapie-Patientenbuch*. Paderborn: Junfermann.
- Rusbult, C. E., Kumashiro, M., Kubacka, K. E., & Finkel, E. J. (2009): "The part of me that you bring out": Ideal similarity and the Michelangelo phenomenon. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96, 61-82.
- Sanders, R. (1997): *Integrative Paartherapie. Grundlagen-Praxeologie-Evaluation. Eine pädagogische Intervention zur Förderung der Beziehung von Frau und Mann als Partner*. Frankfurt a. M.: Peter Lang.
- Sanders, R. (1998): *Zwei sind ihres Glückes Schmied. Ein Selbsthilfeprogramm für Paare*. Paderborn: Junfermann.
- Sanders, R. (2001): Partnerschule. Ein Weg zur Gewaltprävention in Ehe und Familie. *Beratung Aktuell*, 2, 109-119.
- Sanders, R. (2005): Vermittlung von Beziehungs- und Erziehungskompetenz in der Ehe- und Familienberatung. *Beratung Aktuell*, 6, 41 -56.
- Sanders, R. (2006): *Beziehungsprobleme verstehen, Partnerschaft lernen. Partnerschule als Kompetenztraining in Ehe- und Familienberatung*. Paderborn: Junfermann.
- Sanders, R. (2008): Empowerment - Hilfe zur Selbsthilfe in der Ehe- und Familienberatung am Beispiel des „Netzwerk Partnerschule e.V.“ *Beratung Aktuell*, 9, 43-60.
- Sanders, R. (2009): Ehe und Beziehungstraining. In A. Lenz & F. Nestmann (Hrsg.), *Handbuch Persönliche Beziehungen* (S. 879 – 900). Weinheim: Juventa.
- Sanders, R. (2010a): Beziehungsweise – Paarberatung als Herausforderung oder Art und Weise, (kluge) Beziehungskompetenzen zu vermitteln. *Verhaltenstherapie und Psychosoziale Praxis*, 42, 899-906.
- Sanders, R. (2010b): Die Partnerschule. Ein klärungs- und bewältigungsorientierter Weg in Eheberatung und Paartherapie. *Verhaltenstherapie und Psychosoziale Praxis*, 42, 907-917.
- Sanders, R. (2013): Kinder als implizite Zeugen der Eheberatung ihrer Eltern. In D. Röhrle (Hrsg.), *Kinder in schwierigen Familien und destruktiven sozialen Netzwerken*. Tübingen: dgvt, 307-330.

- Saßmann, H. (2001): *Die Beziehungsgeschichte: Das ewig gleiche Lied – oder der kleine Unterschied?* Münster: Verlag für Psychotherapie.
- Saßmann, H. & Klann, N. (2002): *Es ist besser das Schwimmen zu lehren, als Rettungsringe zu verteilen. Beratungsstellen als Seismografen für Veränderungen in der Gesellschaft.* Freiburg i.B.: Lambertus.
- Satir, V. (1972): *Peoplemaking.* Palo Alto, CA: Science and Behavior Books.
- Spitzer, M. (2007): *Lernen - Die Hirnforschung und die Schule des Lebens.* Heidelberg: Spektrum
- Svoboda, T. (1984): *Das Hypnose Buch.* München: Kösel.
- Yalom, I.D. (2010): *Theorie und Praxis der Gruppenpsychotherapie. Ein Lehrbuch.* Stuttgart: Klett Cotta.
- Young, Y. (2010): *Limited Reparenting in Schema Therapy.* Vortrag beim 26. Kongress für Klinische Psychologie, Psychotherapie und Beratung vom 5.- 9. März 2010 an der Freien Universität Berlin.
- Young, J.E. & Klosko, J.S. (2008): *Sein Leben neu erfinden – Wie Sie Lebensfallen meistern.* Paderborn: Junfermann.
- Young, J.E., Klosko, J.S. & Weishaar, M.E. (2008): *Schematherapie.* Paderborn: Junfermann.
- Zerssen, D. (1976): *Klinische Selbstbeurteilungs-Skalen (Ksb-S) aus dem Münchener Psychiatrischen Informationssystem (PSYCHIS München). Die BEschwerdenliste. Manual.* Weinheim: Beltz Test Gesellschaft.
- Ziegler, T. (2003): Berater verteilen keine Patentrezepte. *Psychologie Heute, Dez./03, 26-29.*
- Anmerkung: Die Veröffentlichung von Sanders R. sind weitgehend unter <http://www.partnerschule.eu/publikationen/> verfügbar.

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

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