

# ISTUP Journal

Jahrgang 9 Heft 1, Februar 2013

---

## Risiko von Paarberatung

Dr. Maria L. Staubach, Offenbach  
Dr. Walter Schwertl, Offenbach

---

### Einführung

Paarberatung ist ein gängiges Beratungsformat. Ursprünglich fast ausschließlich von kirchlich orientierten Trägern angeboten, gehört es heute fast zum Standardangebot psychotherapeutischer Grundversorgung mit wachsender Akzeptanz. Weniger bekannt dürften die Risiken sein, die sich für ein Paar ergeben können, wenn sie Paarberatung in Anspruch nehmen. Im privaten Raum kann man von Betroffenen Klagen über Erfolglosigkeit hören. Paarberater scheinen offiziell hierüber lieber zu schweigen. Fehlentwicklungen von therapeutischen Prozessen lassen sich ohnehin müheloser aus der Vorgeschichte der Geschädigten erklären. So wie es kaum eine Debatte über Kunstfehler oder Nebenwirkungen von Beratung gibt, fehlen entsprechende Dialoge auch über Risiken. ISTUP verstand seine Ratsuchenden nie als Patienten oder Hilfsbedürftige. Aufklärung und Dialoge über Risiken sind uns daher vertraut und gehören zur Umsetzung der eigenen Qualitätsvorstellungen. Wir werden daher weitere ISTUP Journale dem Thema *Risiken von Paartherapie* widmen.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Im strengen Sinne sollte von Paarberatung und nicht Paartherapie gesprochen werden, da Psychotherapie die Existenz von Krankheit im Sinne des ICD voraussetzt und genau dies, angezweifelt wird. Im Sinne der Leserfreundlichkeit werden beide Begriffe benutzt. In je-

## Das Risiko der unpassenden theoretischen Orientierung

Die Entwicklung der Familientherapie wurde häufig als Paradigmenwechsel beschrieben. Aber worin bestand dieses neue Paradigma? Unter Einfluss systemtheoretischer Überlegungen wurde der Fokus der Betrachtung verändert. Traditionelle Formen von Psychotherapie hatten unabhängig von ihrer theoretischen Ausrichtung immer das Individuum im Blick. In klassischen psychoanalytischen Konzepten wurden die Ursachen von Störungen in der Kindheit des Einzelnen verortet. Innerhalb der Verhaltenstherapie waren Lernschritte des Individuums von größter Bedeutung. Systemische Familientherapie hingegen fokussierte, genau dies war neu, das soziale System Familie und sah in entsprechenden Veränderungen die besten Chancen. Dies bedeutete Interaktion und Kommunikation wurden zum zentralen Untersuchungsgegenstand und alle gewünschten oder beobachtbaren Veränderungen wurden dort angesiedelt. Einzeltherapeutische Verfahren taten sich traditionell in der Praxis immer schwer mit einem Paarsetting. Die herkömmlichen Theorien erfassten die Besonderheit von Paaren nur begrenzt: denn ein Paar ist mehr als die Summe von Mann und Frau. Hingegen wurde mit dem neuen Paradigma systemischer Familientherapie auch ein passender theoretischer Rahmen für therapeutische Interaktionen von Paaren angeboten. Paare zu beraten bedeutet sich mit den Interaktionen und Kommunika-

---

dem Falle handelt es sich um eine Dienstleistung im Modus von Kommunikation.

tionen von Mann und Frau zu befassen. Wenn aber das theoretische Rüstzeug des Beraters immer nur auf die Frau oder den Mann als Individuum referiert, kann die Besonderheit des Paares nicht erfasst werden. Trotz aller Bemühungen bleibt es dann, pointiert ausgedrückt, Einzeltherapie mit jeweils einem Zuschauer. Dies gilt auch, wenn der Fokuswechsel eine gewisse Ausgewogenheit suggeriert. Letztlich bleibt die Frage unbeantwortet: was macht der Partner im Behandlungszimmer, wenn die Kindheit des Anderen thematisiert wird? Die potentielle Möglichkeit, dass die gewünschte Veränderung der entsprechenden Paardynamik nicht gelingt, ist nicht zu unterschätzen. Sie stellt für das Paar ein Risiko dar.

### **Das Risiko der Pathologisierung**

Paare klagen über etwas, von dem es zu viel oder zu wenig gibt. Beispielsweise könnte es sich um zu viel Streit oder zu wenig Zärtlichkeit handeln. Die möglichen Inhalte solcher Klagen sind praktisch nicht begrenzt, sie verändern sich häufig sowohl thematisch als auch in ihrer Intensität. Selbstverständlich lebt ein einzelnes Paar auch nicht in einer isolierten Welt. Es ist im Alltag nicht zu erfassenden und daher nicht vermeidbaren Beeinflussungen durch Medien und all jene, die sich der Medien bedienen, ausgesetzt. Hinzu kommen all die ungebetenen Erzieher von Mann und Frau. Einflüsse durch *persönliche Berater*, wie die besten Freunde oder wohlmeinende Eltern, sind ein weiterer Faktor. Solch ungebetene Ratgeber, entweder ad persona oder via Medien, mögen als unerwünschte Gäste ärgerlich sein, man kann sich jedoch diesem Einfluss weitgehend entziehen. Hingegen ist es für Mann und Frau schwierig sich gegenüber Pathologisierungen ihres Verhaltens durch den Therapeuten zur Wehr zu setzen. Viele Anbieter von Paargesprächen setzen die Anmeldung zum Paargespräch mit der Existenz von

Pathologie gleich. Hier gilt es vor allem auf den Sprachgebrauch zu achten. Sowie man durch den Besuch bei einem Arzt unvermeidlich zum Patienten (*ein an einer Krankheit Leidender*) wird, so läuft man mit dem Betreten der psychotherapeutischen Praxis Gefahr, Träger einer Krankheit im Sinne des ICD zu werden. Die Ablehnung einer solchen Zuschreibung kann dann als Widerstand oder mangelhafte Motivation interpretiert werden. Hier ist die Frage zu stellen: ist eine solche Zuschreibung wirklich ein Risiko für das Paar? Die Antwort lautet: ja! - wenn auch nicht apodiktisch. In der Regel werden entweder Mann oder Frau, oder Beide, als krank identifiziert. Wenn das Paar diese Zuschreibung übernimmt, geht dies in das Verstehen der eigenen Paardynamik mit ein: *Ich leide, weil Du krank<sup>2</sup> bist*. Mit anderen Worten: solche Zuweisungen können die Konflikte deutlich verschärfen. Dies führt zu einem höheren Risiko der Entfremdung und somit der Trennung. Um etwas als ein von der Norm abweichendes Verhalten diagnostizieren zu können, muss diese Referenznorm weit verbreitete Gültigkeit haben. Ins Operative übersetzt wäre also zu fragen, wie viele und welche Zärtlichkeiten sind normgerecht und an welcher Stelle beginnt Pathologie. Diese Fragestellung würde dann natürlich auch für andere Parameter wie Sexualität, Nähe und Distanz gelten. Das Leiden von Männern und Frauen an ihrem jeweiligen Partner kann großen seelischen Kummer bedeuten. Es ist ein hervorragender Nährboden für psychische Störungen, wie z.B. Depressio-

---

<sup>2</sup> Im Rahmen seines Studiums durfte einer der Autoren als Praktikant an einigen Paargesprächen teilnehmen. Die Frau klagte über große Schuldgefühle, da sie immer wieder von Phantasien, einmal mit einem anderen Mann zu schlafen, heimgesucht wurde. Der Paarberater machte ihr unmissverständlich deutlich, dass dies abnorm sei. Der Ehemann nahm dies gerne auf und verwies darauf, dass auch er dies so sehe.

nen oder körperliche Erkrankungen. Dauerhafte symmetrische Eskalation und die oft damit verbundenen destruktiven Handlungen können erhebliche soziale Folgen (z.B. bei strafbaren Handlungen) haben. Trotzdem gilt hier: Kommunikations- oder Interaktionsformen sind wie sie sind, sie haben keine Eigenschaften. Sie können höchstens von einem Beobachter, hier dem Berater als pathologisch bezeichnet werden. Die Zweckmäßigkeit einer solchen Zuordnung wird auch aus theoretischen Gründen angezweifelt. Aber vor allem stellt sie für das Paar ein erhebliches Risiko dar.

### **Das Risiko der Moralisierung**

Die Ehe ist als legalisierte Form des Zusammenlebens von Mann und Frau in der westlichen Kultur erheblichen Normierungsversuchen durch Kirchen ausgesetzt. Im Christentum ist sie ein Sakrament, durch den Kanon christlicher Verhaltensregeln ist sie geschützt und als Lebensform durch den Staat deutlich bevorzugt (siehe Steuergesetzgebung, Zeugnisverweigerungsrecht usw.). Psychotherapie wird häufig als säkularisierte Form der Seelsorge verstanden. Ohne Mühe kann man in der Zunft der Berater und Psychotherapeuten eine deutliche Nähe zum Priestertum sehen. Anstatt zu einer konkreten, auch handwerklichen Praxis, wie etwa Kommunikationsprobleme genau zu analysieren und zu bearbeiten, wird der moralische Zeigefinger gehoben. Der Gestus des Anspruchs auf Definitionshoheit und die deutliche Asymmetrie in der Beratungsbeziehung sind hierfür Beispiele. Dies kommt insbesondere in von moralischen Ansprüchen getragenen Interventionen zum Ausdruck. Weigert sich ein Paar, den Forderungen durch den Therapeuten zu genügen, wird dies als Widerstand interpretiert. Sollte dies nicht zur nötigen Gefolgschaft führen, bleibt die moderne Variante der Verdammnis oder Dämonisierung. Natür-

lich wird nicht für Jedermann durchschaubar alttestamentarisch mit der Hölle gedroht. Moderne Verurteilungen beziehen sich auf Hinweise zu Risiken seelischer Gesundheit, auf Schweigen, wenn Reden erwartet wird, unverrückbare Schieflagen in der Life Balance, auf düsteres Wirken des Verdrängten, das Auftreten körperlicher Krankheiten und die moralische Verurteilung fehlender politischer Korrektheit. Wer sich nicht der von den Beratern bevorzugten Gestaltung von Mann- Frau- Beziehungen anschließen will, dem ist eben nicht zu helfen. Dies mag wie eine maßlose Übertreibung im Rahmen dichterischer Freiheit klingen. Aus unserer Sicht ist es eher eine gemäßigte Zusammenfassung, entstanden aus Berichten von Supervisionsfällen und Darstellungen von Kunden. Das Heben des moralischen Zeigefingers, orientiert am gerade herrschenden Zeitgeist und der eigenen Präferenzen, ersetzt oft die ernsthafte Auseinandersetzung mit Auftragsklärung oder die Analyse und Veränderung von Kommunikationsmustern. Männer und Frauen leiden an den Schwierigkeiten, die sie mit ihrem jeweiligen Partner haben, welcher in der Regel der wichtigste Teil des eigenen Lebensentwurfes ist. Subkutane Erziehung und der moralische Zeigefinger sind kein Mittel zur Reduktion von Leiden. Für das Paar stellen sie ein erhebliches Risiko dar, entweder durch Vertrauensverlust mit häufig folgendem Abbruch der Beratung oder durch Umerziehungsversuche. Eine strenge Orientierung an dem mit dem Paar durch Kommunikation ausgehandelten Auftrag stellt für beide Seiten die beste Risikominimierung dar.

Dr. Staubach & Schwertl  
Psychotherapie -Beratung – Supervision  
Am Knuss 16  
63505 Langenselbold  
06184-900276  
office@systemische-beratung-  
langenselbold.de