

Paartherapie als Trennungsbegleitung

Astrid Riehl-Emde

Zusammenfassung

In diesem Beitrag wird eine Paartherapie vorgestellt, die dem Paar zu einer konstruktiven Trennung verhalf. Dabei werden insbesondere die unterschiedlichen Phasen im Trennungsprozeß sichtbar, die Mann und Frau in diesem Fall asynchron durchliefen. Das therapeutische Vorgehen und Settingfragen werden erläutert. Im Anschluß an die Falldarstellung wird das therapeutische Vorgehen diskutiert und auf Wertfragen von Paartherapeuten eingegangen, die sich in Zusammenhang mit Trennung und Scheidung stellen.

Einleitung

Würllich wurde in einem Workshop eine Paartherapie vorgestellt, in deren Verlauf es zur Trennung des Paares kam. In diesem Zusammenhang fragte ein Teilnehmer, ob man in diesem Fall überhaupt noch von Paartherapie sprechen könne und ob es sich nicht eher um eine Scheidungstherapie handle. Diese Frage zeigt, daß der Begriff Paartherapie oftmals mit der Vorstellung verbunden wird, Paartherapie müsse, wenn sie gelingt, in erster Linie dem Erhalt einer Paarbeziehung dienen. Daß dies durchaus nicht immer so sein muß, wird anhand der hier vorgestellten Therapie gezeigt, in deren Verlauf es zur räumlichen Trennung und zur Scheidung des Paares kam. Insgesamt fanden 12 Sitzungen über ein Jahr verteilt statt, zunächst in etwa zweiwöchigem Abstand, dann in zunehmend größeren Intervallen.

Falldarstellung

Tjerr und Frau A. wurden vom Hausarzt überwiesen, der eine Paartherapie für „dringend angezeigt“ hielt. Er schrieb, nach fünf „einigermaßen harmonischen Ehejahren“ habe sich ein massiver Konflikt entwickelt, der die Beziehung sterben ließ. Ich erklärte mich gegenüber dem Hausarzt bereit, das Paar zu einem ersten Gespräch zu sehen, woraufhin mich der Ehemann zwecks Terminvereinbarung umgehend anrief. Er stand spürbar unter Druck, drängte auf schnelle Terminvergabe, und das erste Paargespräch fand bereits zwei Tage später statt.

Erstgespräch: die Ambivalenz zwischen Zusammenbleiben und Trennen

Mir sitzt ein äußerlich attraktives Paar gegenüber, etwa Mitte 30. Beide Partner suchen dringend nach einer Lösung für ihre derzeit sehr zugespitzte und damit schwierige Lage. Frau A., seit drei Monaten depressiv, nehme regelmäßig ein Antidepressivum und erhalte bei Bedarf vom Hausarzt zusätzlich ein Beruhigungsmittel. Herr A. sei innerlich sehr unruhig und kaum in der Lage, sich am Arbeitsplatz zu konzentrieren. Im Vordergrund stehe jedoch seine Angst, seine Frau zu verlieren. Im Hinblick auf die aktuelle Ehesituation klagt sie, sich von ihm nicht verstanden zu fühlen; deswegen sei ein Gespräch zwischen ihnen nicht möglich. Sie habe viele Aggressionen und Groll gegen ihn und sei sehr enttäuscht von ihm. Sie sei auch mit sich selbst sehr unzufrieden. Die Liebe sei verschwunden, sie empfinde nichts mehr für ihn. Dies sei ihr vor sechs Monaten bewußt geworden, sei jedoch schon länger so gewesen. Vor etwa sechs Monaten habe auch die letzte sexuelle Begegnung stattgefunden. Er wirkt sehr hilflos und massiv verunsichert. Er spüre „das Messer am Hals“, stehe wie vor einem Abgrund und habe ständig Angst, etwas Falsches zu tun oder Streit zu provozieren. Weil er vor allem mit ihr zusammensein möchte, gehe er abends und am Wochenende kaum noch außer Haus, treffe außerhalb keine Freunde, gehe keinem Hobby mehr nach, mit dem Ergebnis ständig „dicker Luft“ zu Hause. Er möchte in jedem Fall an der Ehe festhalten. Im Gegensatz dazu gibt Frau A. an, sie sei eher für Trennung, im Grunde jedoch hochgradig ambivalent und derzeit nicht zu einer Entscheidung in der Lage; auf jeden Fall wolle sie der jetzt vierjährigen Tochter keine Scheidung zumuten.

Herrn A.s Auftrag an die Paartherapeutin besteht darin, Hilfe zu erhalten, um die Ehe zu verbessern, sie hingegen möchte entscheidungsfähig werden, um die quälende Ambivalenz zwischen Zusammenbleiben und Trennen zu beenden. Befragt nach ihren Zielvorstellungen meint sie, wenn die Gespräche gut liefen, fänden sie einen gemeinsamen Weg, sie selbst wäre zufriedener und glücklicher, ihre Wut und ihre Verletzungen wären weg; eine kleine Veränderung in diese Richtung würde sie daran merken, daß sie ihn wieder küsse. Seine Zielvorstel-

lung konkretisiert er damit, daß er wieder unbefangener und glücklicher von der Arbeit nach Hause käme, daß sie ihm auf Spaziergängen wieder die Hand gebe, daß sie zufällige Berührungen nicht mehr abwehre und ihn im Gespräch wieder anschauen könne.

Zur äußeren Lebenssituation erfahre ich folgendes: Frau A. stammt aus Südamerika, Herr A. ist Schweizer. Beide lernten sich vor gut zehn Jahren anlässlich eines Auslandsaufenthalts kennen. Sprachlich konnten sie sich nur wenig verständigen, doch sie verliebten sich auf den ersten Blick ineinander. Ihr gefielen vor allem sein Aussehen und seine Selbständigkeit; er war fasziniert von ihrer starken, selbstbewußten, temperamentvollen und fröhlichen Art. Nach diesen Ferien kehrten beide ins jeweilige Heimatland zurück und beschränkten ihren Kontakt zunächst auf Telefonate. Während dieser Zeit des räumlichen Getrenntseins beschlossen sie zu heiraten. Die Heirat fand dann wenige Monate später statt, und die Ehefrau siedelte anschließend in die Schweiz über. Dort lernte sie Deutsch und begann — da ihr Studienabschluß aus Südamerika nicht anerkannt wurde — ein zweites Studium in der Schweiz. Bald nach der Geburt der jetzt vierjährigen Tochter schloß sie ihr Studium ab, war aber nicht berufstätig, bis sie eine Woche vor unserem Erstgespräch eine ihrer Ausbildung entsprechende Teilzeitarbeit aufnahm. — Er absolvierte zunächst eine Lehre, dann eine Ausbildung zum Programmierer und ist seit Jahren in gesicherter Stellung tätig. Er bezeichnete sich als nicht sehr ehrgeizig, will hingegen die Karriere seiner Frau unterstützen, die er für die Begabtere von beiden hält.

Wie kommen beide mit der kulturellen Verschiedenheit zurecht? Ihre bisherigen Schwierigkeiten in der Paarbeziehung erklären sie damit, daß Frau A. sich hin und her gerissen fühle zwischen zwei Kulturen. Vor Jahren war das Paar nach Südamerika ausgewandert, sie kehrten allerdings nach drei Monaten wieder zurück und betrachten diesen Auswanderungsversuch als gescheitert. Hinzu kamen zwei ambivalente Trennungsversuche von ihrer Seite, von denen der letzte drei Monate vor unserem ersten Gespräch stattfand. Beide Trennungsversuche sahen so aus, daß sie mit der Tochter zu Ferien nach Südamerika aufbrach und ohne Vorankündigung zunächst nicht und schließlich nach jeweils zwei bis drei Monaten zurückkehrte. Er erinnert sich an diese Wochen "mit Horror", vor allem an die nächtlichen Telefonate mit der weinenden kleinen Tochter und an seine Ängste, Frau und Tochter zu verlieren.

Die *Erstgesprächsphase* bestand aus zwei Sitzungen, die wegen des großen inneren Drucks von Herrn und Frau A. innerhalb von zehn Tagen stattfanden. Ich kommentierte ihre Bereitschaft zu Paargesprächen sehr anerkennend und vermittelte meinen Eindruck, daß beide derzeit an der Grenze ihrer Belastbarkeit stehen. Als Bedingung für eine weitere Therapie verlangte ich, daß beide für eine begrenzte Zeit, zunächst einmal für fünf Sitzungen, keine spontanen Entscheidungen fällen; dabei hatte ich vor allem die spontanen und hochgradig ambivalenten Trennungsversuche der Frau vor Augen. Außerdem empfahl ich —

und dabei hatte ich sein "Festhalten" im Blick —, sich zu beiderseitiger Entlastung mehr Distanz im Alltag zu geben, zum Beispiel am Abend oder am Wochenende getrennt etwas zu unternehmen.

Wir vereinbarten zunächst fünf weitere Gespräche mit Standortbestimmung. Parallel dazu gingen sowohl Herr A. als auch Frau A. zu Einzelgesprächen zu anderen Psychotherapeuten, womit Frau A. bereits vor zwei Monaten, Herr A. unmittelbar vor unserem Erstkontakt begonnen hatte. Ich empfahl beiden, diese Einzelgespräche, die übrigens auch durch Vermittlung des Hausarztes zustande gekommen waren, fortzusetzen.

Der Trennungsentschluß

In den *ersten beiden Gesprächen* wiederholte sich, daß sie ihn anklagte wegen bestimmter Aussagen, mit denen er sie in der Vergangenheit verletzt hatte, aber auch sich selbst anklagte, weil sie sich nicht gewehrt hatte aus Angst, die Beziehung könne scheitern. Ihre Anklage veranlaßte ihn, sich wortreich zu rechtfertigen. Oder es verlief umgekehrt: Er begann mit wortreichen Erklärungen für sein Verhalten, woraufhin sie zu Anklagen überging. In der Sitzung war es schwierig, dieses Muster von Anklage und Rechtfertigung zu durchbrechen. Der Ehemann schien mit Rechtfertigungen und Reden die Beziehung retten zu wollen. Bei ihr bewirkte sein Redeschwall einen weiteren Rückzug, zum Beispiel wendete sie sich dann auch in ihrem Stuhl deutlich von ihm ab. Zu Hause, ohne eine moderierende Drittperson, eskalierten derartige Gespräche regelmäßig.

In der *dritten Stunde* ermunterte ich beide, ihre Beziehung in einem Bild auszudrücken. Er beschrieb die Ehe als eine Wippe, er hänge in der Luft und werde als zu leicht empfunden, sie wiege schwerer. Sie phantasierte die Ehe als Haus; er befinde sich darinnen, sie stehe im Garten, den Blick nach draußen — auf jenseits des Zaunes — gerichtet.

Auf direktes Nachfragen von mir berichtet sie dann, sich in den letzten beiden Wochen zur Trennung entschieden zu haben, sie sei zu 95% sicher. Es tue ihr sehr leid, doch sie könne selbst erst jetzt akzeptieren, gescheitert zu sein. Diese Einsicht sei ihr sehr schwergefallen angesichts des verpflichtenden Mottos ihrer Herkunftsfamilie, stets erfolgreich sein zu müssen. Aus Angst, ihre Ehe könne scheitern, habe sie sich nie gewehrt und damit selbst zum Scheitern beigetragen. Inzwischen sei ihre Liebe für ihn gestorben, sie sehe keine Möglichkeit mehr für eine gemeinsame Zukunft. Seit ihr das so klar sei, fühle sie sich besser. Zu diesem Zeitpunkt stellte sie den Trennungsentschluß relativ ambivalenzfrei dar. Es klang so, als habe sie sich innerlich bereits auf die Trennung eingerichtet; allerdings wünsche sie, er möge ihre Entscheidung verstehen. Sie plane, in Kürze mit der Tochter nach Südamerika zurückzugehen. Um den weiteren Kontakt zwischen Vater und Tochter habe sie sich allerdings bisher keine Gedanken gemacht.

Wie reagierte er auf diese Eröffnung? Einerseits sei er entlastet, daß jetzt auf dem Tisch liege, was er seit Wochen befürchtete. Er bezeichnete es als „erbärmlich“, daß sie so viel Zeit gebraucht habe, ihm diese Entscheidung mitzuteilen — er gehe davon aus, daß ihr dieser Entschluß schon länger klar war. Andererseits beharrte er darauf, daß erst jetzt ein Neuanfang möglich sei, weil sie erst jetzt auf den richtigen Punkt gekommen seien. Sie hätten jahrelang an der falschen Front gekämpft, weil die angebliche Abhängigkeit der Frau von ihrer Herkunftsfamilie in den Mittelpunkt gestellt worden sei.

Ich erinnerte an die getroffene Abmachung — keine spontanen äußeren Veränderungen in der Zwischenzeit — und empfahl, jeder möge den Inhalt dieser Stunde erst einmal in sich bewegen.

Das *vierte Gespräch* fand zwei Wochen später statt. Herr A. berichtete, er fühle sich weiterhin im luftleeren Raum, hilflos und verzweifelt; die Tochter reagiere aggressiv auf ihn. Er sei in der Zwischenzeit abends viel unterwegs gewesen mit Kollegen. An einem Wochenende habe er bei einem gemeinsamen Freund übernachtet und registriert, welche Einengung er für beide bewirkt habe mit seiner Fixierung auf die Ehefrau. Die Rückmeldung dieses Freundes, er sei ein Diktator, der seine Frau mit Hilfsbereitschaft unterdrücke, habe ihn beeindruckt; er wolle sich verändern, wolle mit neuen Erkenntnissen an der Beziehung arbeiten und für die Liebe seiner Frau kämpfen. Frau A. hingegen berichtete, in der Zwischenzeit noch sicherer geworden zu sein in ihrem Entschluß zur Scheidung, allerdings nachdenklicher in bezug auf den schnellen Umzug nach Südamerika. Sie frage sich vermehrt, was sie damit der Tochter zumute und wie es ihr dort als alleinerziehende Frau ergehen werde? Sein Beharren, jetzt mit neuen Erkenntnissen an der Beziehung zu arbeiten, bezeichnete sie als weiteren Ausdruck seiner Form von Diktatur. Ihr fehle die Kraft zu einem Neuanfang, sie könne und wolle nicht mehr, und sie habe panische Angst davor, es könne ihr wieder so schlecht gehen wie in den letzten Wochen. Beide sagten, sie wollen wieder glücklich sein, doch sie könne es nur ohne ihn, er wolle es mit ihr!

Am Ende dieses vorletzten der zunächst vereinbarten fünf Gespräche besprachen wir das weitere Vorgehen: Mein Vorschlag, die Trennung zum Thema zu machen — räumliche Trennung des Paares, Umgang mit der Tochter — ließ ihn daran zweifeln, weiterhin an den Gesprächen teilzunehmen. Denn über die Trennung zu sprechen und diese gemeinsam zu gestalten, bedeutete für ihn, am Grab der Beziehung zu schaufeln, was er gerade nicht wollte. Wir sprachen sehr ernsthaft über sein Zögern und seine Skepsis. Ich sagte, daß ich mir derzeit kein anderes Vorgehen vorstellen könne, da die Frau mit ihrem Trennungswunsch in der stärkeren Position sei. Ich könne sein Zögern jedoch verstehen, und er möge mir sagen, welche Alternative er für das weitere Vorgehen sehe.

Wiederum zwei Wochen später, in der *fünften Stunde*, ging es Mann, Frau und auch der kleinen Tochter zu Hause sehr schlecht, was sich in Unruhe, Angst und Schlafstörungen äußerte; auch Herr A. hatte nun vom Hausarzt ein Beruhi-

gungs- und Schlafmittel erhalten. Er komme allmählich aus dem ersten Schock heraus, wolle sich erklären und Stellung nehmen zu ihren Vorwürfen, doch es sei kein sinnvolles Gespräch möglich. Er leide enorm, wenn er sich die Trennung von der Tochter vorstelle; um dem Schmerz aus dem Weg zu gehen, komme er oft erst dann am Abend nach Hause, wenn die Tochter bereits schlafe. Sie klagte, daß er ihr Vorwürfe mache und sie nicht verstehe. Sie befürchte, er könne die Tochter zunehmend in Loyalitätskonflikte bringen. Bereits am Vortag habe er dies getan, als er auf die Frage der Tochter, warum es ihm schlechtgehe, geantwortet habe: „Mama hat mich nicht mehr lieb“. Im Mittelpunkt dieser Stunde stand der Umgang mit der Tochter. Sie vereinbarten, daß Herr A. ab sofort an zwei bis drei Abenden pro Woche für die Tochter zuständig ist, Frau A. verbringt diese Abende auswärts; an den anderen Abenden ist es umgekehrt.

Nach einem weiteren Monat, in der *sechsten Stunde*, hatte sich die Situation etwas beruhigt. Tochter und Vater ging es besser, seitdem er sie regelmäßig am Abend versorgte. Frau A. war beruflich erfolgreich: Sie wurde befördert und hat einen Vertrag für eine 80%-Anstellung unterschrieben. Sie plante, während Weihnachten und Neujahr mit der Tochter in Südamerika bei ihren Eltern Ferien zu machen, dann jedoch zurückzukommen und das räumliche Getrenntleben in der Schweiz — und nicht in Südamerika, wie ursprünglich beabsichtigt — auszuprobieren. Frau A. war überzeugt, dieser neue Plan sei im Interesse der Tochter, der sie die Beziehung zum Vater erhalten wolle, aber auch im eigenen beruflichen Interesse. Herr A. meinte nun auch, die Trennung sei unausweichlich. Er plante, während der Ferien von Frau und Tochter von zu Hause ausziehen. Er versuche vermehrt in die Zukunft zu schauen, was angesichts der zwiespältigen Gefühle über die Vergangenheit nicht leicht sei. Beide vereinbarten, ihre Tochter erst dann über die geplante räumliche Trennung zu informieren, wenn diese ansteht, und sie dann auch angemessen mit der neuen Wohnsituation vertraut zu machen.

Die sechste Stunde endete mit einer Standortbestimmung: Beide wollten weiterhin zu Gesprächen kommen, um die Lage weiter zu stabilisieren, unter anderem, um über die gemeinsame Elternschaft zu sprechen. Frau A. betonte, daß ihr die Gespräche sehr geholfen hätten, überhaupt mit ihrem Mann zu reden und Vernunft walten zu lassen; ohne Paargespräche hätte sie womöglich eine radikale Entscheidung gefällt und wäre eventuell spontan nach Südamerika „geflüchtet“. Sie habe persönlich an Stabilität gewonnen, was man auch daran erkennen könne, daß sie seit drei Wochen keine Medikamente mehr nehme; allerdings habe sie etwa alle zwei Wochen weiterhin Einzelgespräche. Auch Herr A. wollte die Paargespräche fortsetzen, um die jeweils anstehenden Probleme gemeinsam zu besprechen. Er sei inzwischen ruhiger geworden, und es sei hilfreich für ihn, einmal wöchentlich in der Einzeltherapie über sich zu sprechen.

Die asynchrone Entwicklung von Mann und Frau setzt sich im Verlauf der Trennung fort

Wir trafen uns wieder zu Beginn des neuen Jahres, nachdem Frau und Tochter aus den Ferien zurückgekehrt waren. Für Frau A. war dieser Aufenthalt in Südamerika eine Bestätigung ihrer Entscheidung, die räumliche Trennung in der Schweiz zu praktizieren: Die Tochter brauche den Vater, fühle sich auf dem anderen Kontinent nicht zu Hause; sie selbst müßte dort beruflich und auch im sozialen Umfeld von vorn anfangen, weshalb sie zunächst doch lieber in der Schweiz bleibe. Er bewohnte zu diesem Zeitpunkt vorübergehend die Wohnung eines Kollegen, die Übernahme einer eigenen Wohnung stand unmittelbar bevor.

Beide hatten die Tochter inzwischen über die Trennung informiert und Abmachungen getroffen über die Besuchsregelung. Er war in dieser Hinsicht zunächst dem Vorschlag seiner Frau gefolgt, ohne sich jedoch über die eigenen Wünsche im klaren zu sein. Dies führte dazu, daß er sich abhängig fühlte von ihren Vorschlägen und auf ihr Entgegenkommen angewiesen war. Ich unterstützte ihn darin, eigene Vorstellungen zu entwickeln und umzusetzen. Sie verhielt sich gegenüber seinen Vorschlägen jeweils sehr kooperativ und kam ihm entgegen, sobald er Wünsche äußerte. Schwierig und kämpferisch wurde das Gespräch, als sie unter großem Druck eine schnelle Scheidung favorisierte und ihm vorwarf, auf der Bremse zu stehen, weil er noch keinen Anwalt einbeziehen wollte. Die Benennung der Hintergründe für ihr Drängen bzw. für sein Bremsen ermöglichte es, wiederum eine Verlangsamung des Prozesses zu erwägen: Hinter ihrem Drängen standen nämlich die Mutter und die Freundinnen aus Südamerika, die ihr vorgeworfen hatten, sie komme dem Ehemann zu sehr entgegen; ihre Mutter hatte sogar davor gewarnt, die Tochter beim Vater übernachten zu lassen, und bezog sich dabei auf Situationen, in denen ein geschiedener Vater seine Tochter sexuell mißbraucht hatte. Hinzukam, daß sie sich als verheiratete Frau unfrei fühlte im Kontakt mit anderen Männern und diese Fesseln gern sprengen wollte. Außerdem befürchtete sie, die Möglichkeit zu verlieren, doch irgendwann mit der Tochter nach Südamerika zurückgehen zu können. Für ihn war entscheidend, daß er emotional noch nicht so weit getrennt war, um zu diesem Zeitpunkt einer Scheidung zustimmen und entsprechende Schritte einleiten zu können. Hinzu kam, daß er das gemeinsame Sorgerecht favorisierte, um nicht zum „Zahlvater“ degradiert zu werden. Weil das gemeinsame Sorgerecht zu dieser Zeit in Aussicht stand, jedoch noch nicht in Kraft war, wollte er Zeit gewinnen. Außerdem wollte er sich zunächst über eine Scheidung informieren und suchte nach einer kostengünstigen Lösung.

Die Auseinandersetzung wurde recht kämpferisch geführt. Beide hatten Angst, vom jeweils anderen bzw. von einem vom Partner vorgeschlagenen Anwalt unfair behandelt zu werden. Darüber hinaus fühlte sich jeder vom anderen zu wenig anerkannt für das jeweilige Engagement in der Ehe und für das Bemü-

hen um einen konstruktiven Wandel. Die Stunde endete damit, daß er ein dreimonatiges Moratorium wünschte und zusagte, danach einen Termin zu vereinbaren, entweder mit einem gemeinsamen Anwalt oder mit einem Mediator. Frau A. war damit einverstanden und zeigte in der Folge eine zunehmende Abgrenzung von ihren Eltern; ihr Interesse an der Kooperation mit dem Ehemann wuchs weiter.

Die Abschlußphase der Therapie: Von der Trennung zur Scheidung

Herr und Frau A. verstanden sich besser, seitdem er, wie Herr A. sagte, der Ehe weniger nachtrauerte. Dennoch gebe es gewisse „Tretminen“ in der Kommunikation, die insbesondere Herr A. gern „entschärfen“ möchte, um sich freier zu fühlen im Kontakt zu seiner Frau. Schwierigkeiten bzw. Machtkämpfe entstünden aus seiner Sicht immer dann, wenn er sich zum Befehlsempfänger degradiert, benachteiligt oder in seinem Bemühen für eine konstruktive Beziehung nicht anerkannt fühle. Aus Sicht von Frau A. entstünden die Schwierigkeiten dann, wenn sie ihn um etwas bitte oder wenn sie sich auf ihn angewiesen oder sich nicht gewürdigt fühle darin, daß sie mit dem Verlassen des Heimatlandes viel für die Beziehung aufgegeben habe.

In dieser Phase sah ich meine Aufgabe darin, Herrn A. zu ermuntern, seine Wünsche wahrzunehmen und zu artikulieren. Er brauchte Mut dazu, weil er befürchtete, er erschwere die Kommunikation bzw. er handele sich ihren Zorn ein, wenn seine Wünsche sich von den ihren unterscheiden. In der Regel konnte er jedoch feststellen, daß er die Kommunikation erleichterte statt erschwerte, wenn er seine Wünsche und Vorstellungen auszudrücken und einen gemeinsamen Weg mit ihr auszuhandeln versuchte. Im Umgang mit der temperamentvollen Frau A. ging es in dieser Phase vor allem darum, ihre Gefühle zu verstehen und ihr behilflich zu sein, etwas Distanz zu ihren eigenen, oft intensiven Wutgefühlen herzustellen.

Während der Abschlußphase unserer Gespräche fanden auch insgesamt drei Sitzungen bei einem Mediator statt. In diesen Sitzungen wurde eine Scheidungsvereinbarung erarbeitet, mit der sich beide einverstanden erklärten. Wesentliche Einzelheiten dieser Scheidungsvereinbarung hatten sie bereits vorher besprochen. Die zu diesem Zeitpunkt noch bestehenden kritische Punkte wurden in den paartherapeutischen Sitzungen nachbesprochen und führten in der Folge jeweils zu Modifikationen in der Vereinbarung.

Welches waren nun die kritischen Punkte im einzelnen? Beide hatten die Neigung, im Interesse der Konfliktvermeidung zu schnell einer Vereinbarung zuzustimmen, über die dann im nachhinein noch Klärungsbedarf bestand. Hinzukam, daß Frau A. den Mediator, einen Schweizer Mann, als gegen sich vorgegangen bzw. auf seiten des Ehemanns erlebt. Der kritischste Punkt bezog sich jedoch auf das Sorgerecht: Im Vertragsentwurf wurde das gemeinsame Sor-

gerecht beantragt, das in Frau A. erhebliche Unsicherheit und Angst auslöste, und wodurch sie sich angebunden und auf das Heimatland ihres Mannes fixiert fühlte.

In der *vorletzten Stunde*, etwa neun Monate nach Beginn der Gespräche, berichtete der Ehemann, es gehe allmählich aufwärts: Er habe wieder mehr Interessen und könne jetzt auch Einrichtungsgegenstände für seine Wohnung kaufen. Miteinander gehe es "nicht schlecht", unter anderem hätten sie beide jeweils zweiwöchige Ferien mit der Tochter verbracht. Inzwischen seien die Scheidungspapiere eingetroffen. Es war gemeinsam entschieden worden, daß Frau A. das Sorgerecht erhält.

Herr A.: Das Sorgerecht ist jetzt kein Thema mehr.

Therapeutin: Dann haben Sie ja alles rund um den Scheidungsvertrag sehr schnell erledigt. Wie sieht es bei Ihnen aus, Frau A.?

Frau A.: Das letzte Mal haben wir ja über meine Wut gesprochen, ich habe sehr lange darüber nachgedacht. Ich habe das Gefühl, gescheitert zu sein und bin eigentlich traurig. Das ist mir jetzt bewußter. Ich versuche mehr zu weinen, damit das rauskommt. Das Scheitern ist schwer für mich zu verarbeiten. Es war mir nicht bewußt, daß ich das so empfinde, das wurde mir erst dank der letzten Sitzung klar. Ich habe mir das nicht so vorgestellt, wie unsere Ehe jetzt geendet ist, aber ich sehe: Es gibt keine andere Lösung, als das Beste daraus zu machen. Ich habe die Tochter und die Arbeit.

Therapeutin: Insgesamt ist ihre Trennung ja sehr schnell gegangen. In der Regel gibt es auch Phasen, wo die Betroffenen versuchen, einen Neuanfang zu machen, gerade weil das Gefühl des Scheiterns so schwer ist. Haben Sie das auch erlebt?

Frau A.: Nein, seit wir hierher kommen, nicht mehr. Ich habe das Scheitern schon lange empfunden und habe so viel probiert und mir eingeredet, es müsse gut sein. Sonst habe ich immer alles geschafft, nur privat nicht, deswegen habe ich auch die Wutanfälle gehabt. Jetzt weine ich öfter. Ich fühle mich auch einsam, ich und die Tochter, das macht mich traurig, das habe ich mir nicht so gewünscht. Aber wenn ich weine, geht's mir besser.

Therapeutin: Was ist leichter zu ertragen? Die Wut oder die Trauer?

Frau A.: Die Traurigkeit ist besser.

Herr A.: Das zeigt mir, daß sie doch Gefühle hat (er lacht). Ich war mir da nicht mehr so sicher, sie ist ja sehr bestimmt aufgetreten für die Scheidung, mit viel Temperament, sie war ja knallhart. Es gab eine Zeit, wo ich sie als eiskalt eingeschätzt habe. Freut mich zu sehen, daß sie auch solche Gefühle — Trauer — für sich selbst hat. Wir haben gestern schon darüber gesprochen. Ich kann mit ihren Wutausbrüchen nicht umgehen, die versetzen mich in totale Abwehr, die sind fast wie Schläge. Was ich jetzt höre, hilft mir mehr zu verstehen.

Therapeutin: Sie fassen sich auf die Brust?

Herr A.: Ja, es ist auch bedrückend, aber es gibt kein Zurück.

Therapeutin: Wenn Sie an den Anfang unserer Gespräche zurückdenken ... Sie haben damals sehr festgehalten ...

Herr A.: Ich habe den Eindruck, zehn Jahre gekämpft zu haben für unsere Ehe, ich

hatte viel Hoffnung, alles ist gescheitert. Ich habe viele Trennungen erlebt, immer wenn sie in die Ferien gefahren ist. Es war für mich sehr schlimm zu erleben: mit anderen ist sie glücklich, mit mir nicht; wenn andere etwas sagten, konnte sie es akzeptieren, bei mir nicht. Das möchte ich nicht mehr fortsetzen. Es war ein stetiger Kampf. Ich möchte mal wieder leben, ich sein, ohne den ständigen Gedanken, was meine Frau dazu sagt.

Beide berichteten, daß es der Tochter insgesamt gut gehe, obwohl sie jeweils einen Elternteil vermisse, wenn sie beim anderen ist. Herr und Frau A. konnten inzwischen besser miteinander reden. Sie waren immer noch sehr wichtige Personen füreinander und besprachen auch persönliche Anliegen zusammen.

In dem zwei Monate später stattfindenden *Abschlußgespräch* hatte sich die Situation weiter stabilisiert. Das Paar hatte in der Zwischenzeit keine schweren Auseinandersetzungen mehr, was das Vertrauen in die eigene Kompetenz stärkte. Die Beratung beim Mediator war abgeschlossen, der Scheidungstermin stand unmittelbar bevor. Beide hatten nach wie vor auch zweispaltige Gefühle, doch weder sie noch er mochten zurück; beide standen zur getroffenen Entscheidung. In den letzten beiden Sitzungen wurden auch zwei noch offene Themen angesprochen: Zum einen handelte es sich um den früher geäußerten Wunsch, nochmals über die Herkunftsfamilien zu sprechen. Dieser Wunsch war bei beiden inzwischen in den Hintergrund getreten, und sie hatten sich von der Idee verabschiedet, der jeweils andere sollte den Kontakt zur Schwiegerfamilie verbessern. Zum anderen ging es um Phantasien und Ängste bezüglich potentieller neuer Partner. Frau A. wollte über dieses Thema reden wegen der früheren Drohung des Mannes, bei einem Seitensprung von ihr „auszurasten“ und den Nebenbuhler „umzulegen“. Sie war beruhigt, von ihm zu hören, daß er eine Außenbeziehung innerhalb der Ehe zwar nach wie vor für inakzeptabel halte, daß dies für die jetzige Trennungsphase allerdings nicht mehr gelte. Herr A. befürchtete, um seine Vaterrolle konkurrieren zu müssen, wenn ein neuer Partner für Frau A. auftauchen würde. Umgekehrt meinte Frau A., sie wäre entlastet von Schuldgefühlen, wenn er eine neue Partnerin hätte. Allerdings hatte in seinen Phantasien eine neue Partnerin bisher keine Rolle gespielt. Beide stimmten darin überein, es sei noch zu früh, eine verbindliche neue Beziehung einzugehen. Frau A. registrierte zwar Kontaktangebote von Männern, die ihr guttäten, sie habe jedoch noch zuviel Angst vor einer neuen Beziehung.

Zum therapeutischen Vorgehen

Der Trennungsentschluß

Urau A. hatte zwischen dem zweiten und dritten Paargespräch bereits .1: einen weitgehenden Trennungsentschluß gefaßt. Aufgefordert, die aktuelle partnerschaftliche Situation anhand eines Bildes zu beschreiben, gelang es ihr auf der metaphorischen Ebene, die Trennungsthematik sowohl für sich selbst als auch für ihren Partner deutlich zu machen. Vermutlich gaben ihr die Einzeltherapie, aber auch die neue berufliche Stellung Kraft für diese Entscheidung. Häufig führt ein solcher Trennungsentschluß zum Abbruch oder zur Beendigung der Paartherapie. In der hier beschriebenen Therapie war dies nicht der Fall. Frau A. drängte auf weitere Gespräche, weil sie hoffte, mit fremder Hilfe sich ihrem Mann gegenüber besser verständlich machen zu können. Dieser befürchtete zwar zunächst, mit seiner weiteren Teilnahme an der Therapie die Trennung, die er gerade vermeiden wollte, zu begünstigen. Widerstrebend wurde ihm aber allmählich klar, daß die Ehefrau sich bereits aus der Ehe verabschiedet hatte und daß seine Chancen zu diesem Zeitpunkt darin lagen, die Trennung mitzugestalten. Daher war auch er nach anfänglichem Zögern für die Fortsetzung der Paargespräche motiviert. Hinzu kam, daß das therapeutische Setting einen Rahmen für überwiegend konstruktive Gespräche lieferte, die ohne die Anwesenheit einer dritten Person zu diesem Zeitpunkt nicht möglich waren. Zunehmend wurde ihm auch bewußt, daß es neben dem so eindeutig vorgetragenen Wunsch, die Beziehung fortzusetzen, auch eine andere Seite gab: zum Beispiel seine Erschöpfung aufgrund der vergeblichen Anstrengungen für die Beziehung in den vorherigen Ehejahren und sein Verharren in einer auch für ihn unbefriedigenden Situation. Schließlich löste auch die Bemerkung eines gemeinsamen Freundes, er habe mit seiner Hilfsbereitschaft seine Frau gleichsam wie ein Diktator unterdrückt, viel in ihm aus. Er sah ein, daß seine Hoffnung auf Besserung innerhalb der Ehe keine Grundlage mehr hatte, da seine Frau dieser Perspektive gegenüber völlig abgeneigt war.

Als Therapeutin unterstützte ich in der dritten Stunde aktiv den Richtungswechsel zur räumlichen Trennung. Man könnte dies als einseitige Parteinahme für das Anliegen der Frau verstehen. Auf der anderen Seite gilt es aber, das aktuelle Kräfteverhältnis einzuschätzen und damit therapeutisch umzugehen. Schließlich war in dieser Phase die Ehefrau eindeutig in der mächtigeren Position, weil sie weniger von ihrem Mann wollte als umgekehrt. Darüber hinaus bestand zu diesem Zeitpunkt aber auch noch die Möglichkeit, daß die wachsende Distanz wieder mehr Annäherung bewirken könnte, gerade auch in Anbetracht der vorherigen ambivalenten Trennungsversuche der Ehefrau. Ich ging davon aus, daß die Arbeit am Zusammenbleiben, ohne gleichzeitig die Trennung zu thematisieren, in jedem Fall die Polarisierung vergrößern und damit letztlich die

Chance für einen konstruktiven Weg — ganz unabhängig von der Richtung — verringern würde.

Während die Ehefrau in der ersten Phase sehr viel Einfluß auf die Zielrichtung der Therapie hatte, war der Ehemann in bezug auf das Tempo des Trennungsprozesses in der stärkeren Position. Er war weniger weit fortgeschritten im Trennungsprozeß als sie und brauchte mehr Zeit, um eine konstruktive Lösung mitgestalten zu können. Letztlich war eine gewisse Zeitverzögerung auch ihr dienlich, wie sie später mitteilte, da sie in manchen Situationen dazu neigte, überstürzte Entscheidungen zu fällen. Diese betrafen zum Beispiel die Rückkehr in ihr Heimatland oder auch den Wunsch nach möglichst sofortiger Scheidung. Ich übernahm also die Funktion, gemeinsam mit dem Paar immer wieder eine Verlangsamung des Prozesses zu erwägen, indem zum Beispiel jeweils die Gründe für das Drängen der Frau bzw. für das Festhalten des Mannes thematisiert würden oder darüber phantasiert wurde, welchen Unterschied es mache, langsamer oder schneller definitive Entscheidungen zu fällen.

Frau A. übernahm mit ihrem Trennungsentschluß zunächst auch mehr Verantwortung und neigte in der Folge entsprechend zu mehr Schuldgefühlen. Durch die Mitgestaltung der Trennung sowie durch die Wahrnehmung und Artikulierung seiner Vorstellungen und Wünsche wurde auch der Ehemann wieder in die Verantwortung eingebunden, was seinem Selbstwertgefühl förderlicher war als wenn er sich weiterhin als Opfer oder abhängig von ihren Vorschlägen gefühlt hätte. Er gewann immer dann mehr Optionen, wenn er aktiv für seine Wünsche eintrat, selbst wenn dies für ihn zunächst das Risiko vermehrter Konflikte barg. Sie kam ihm in der Regel dann entgegen, wenn sie von seinen Wünschen erfuhr; lediglich in Sachen gemeinsames Sorgerecht konnte und wollte sie ihm nicht folgen.

Man könnte die Entwicklung bei diesem Paar so verstehen, daß die Arbeit an der Trennung in gewissem Sinne auch eine Annäherung bewirkt hat: Herr und Frau A. konnten zunehmend besser miteinander sprechen, vor allem weil beide die Position des anderen besser wahrnehmen und etwaige Differenzen zulassen konnten. Als die Trennung ausgesprochen war, wurde die Verschiedenheit zwischen ihnen weniger bedrohlich. Sie wurden zu einem Paar, das räumlich getrennt besser miteinander reden konnte als zusammenlebend unter einem Dach.

Phasen im Trennungsprozeß

Der Trennungsprozeß wird idealtypisch in vier Phasen eingeteilt: (1) die Ambivalenzphase, (2) die Trennungsphase, (3) die Scheidungsphase, (4) die Nachscheidungsphase. Insbesondere die Ambivalenz-Phase der Trennung stellt für alle Beteiligten eine besondere Herausforderung dar. Auf der Seite der Therapeuten ist damit zum Beispiel die persönliche Ansprechbarkeit auf das Thema Trennung und Scheidung gemeint, die sich in der Regel auf die Neutralität bzw.

die Offenheit für verschiedene Lösungsmöglichkeiten auswirkt. Außerdem gilt es aushalten, daß die Ambivalenz eine erhebliche Belastung darstellt, worauf häufig beide Partner und auch die von Trennung und Scheidung mitbetroffenen Kinder mit einer Verschlechterung ihres Allgemeinbefindens reagieren.

Frei von Ambivalenz sollte hingegen die Parteilichkeit für die in der Paartherapie nicht anwesenden Kinder sein. In diesem Sinne habe ich dann auch das Wohlergehen der vierjährigen Tochter bzw. das Treffen von Vereinbarungen seitens der Eltern im Interesse der Tochter immer wieder thematisiert. Dabei ging es zum Beispiel um den Zeitpunkt und die Art, wie sie ihre Tochter über die Trennung informieren, wie sie der Tochter möglichst viel von ihrer vertrauten Umgebung erhalten können und wie sie die Verlustängste der Tochter möglichst gering halten. Letzteres bedeutet vor allem, der Tochter die Sicherheit zu geben, daß beide Elternteile weiterhin ausreichend verfügbar für sie sind.

Wenngleich der vorliegende Fall in vielem prototypisch verlaufen ist, so ist doch besonders die Motivation beider Partner hervorzuheben, gut miteinander zu kooperieren und Vereinbarungen einzuhalten. So hielten sie sich an die eingangs von mir gestellte Bedingung, keine spontanen Entscheidungen zu fällen. Diese Bedingung zielte darauf ab, mit der Angst des anderen nicht zu spielen und den ambivalenten Trennungsprozeß individuell auszuhalten, statt jeden stärkeren Handlungsimpuls gleich umzusetzen. Dies brachte eine gewisse Ruhe und Verbindlichkeit in die Arbeit. Dennoch gab es natürlich Ausnahmen: zum Beispiel als er sein Leid der Tochter mitteilte und sie damit überforderte oder als sie zeitweise ihre Herkunftsfamilie zu stark einbezog. Es kam auch hin und wieder vor, daß einer von beiden nicht zum Paargespräch erschien und damit den anderen verärgerte; sie klärten dies dann aber jeweils zu zweit und bemühten sich um einen Ersatztermin. Es kam jedoch während unserer Arbeit nicht zu massiven Drohungen, Außenbeziehungen oder sexuellen Abenteuern. Auch mit finanziellen Belangen gingen sie sehr konstruktiv um. So regelten sie einen Teil dieser Angelegenheiten miteinander, was die spätere Scheidungsvereinbarung sehr erleichterte. Wenn zwischendurch die Alltagsbewältigung schwierig wurde, ging es in der Paartherapie darum, verbindliche Regeln auszuhandeln und auf diese Weise mit Hilfe äußerer Strukturen Sicherheit zu schaffen. Danach konnte man sich wieder den inneren Prozessen zuwenden. Diese Vorgehensweise wurde auch dadurch unterstützt, daß beide Partner Einzeltherapie-Stunden besuchten, in denen sie über ihre Ängste, Unsicherheiten, Wut, Aggressionen usw. sprechen konnten.

Während die erwähnten Trennungsphasen eine eher zeitlich-formale Klassifikation beinhalten, hat Verena Kast (1982) die emotionalen Phasen des Trauerprozesses beschrieben (Tab. 1). Dieses Modell, ursprünglich vor allem für Trauerprozesse nach dem Tod des Partners entwickelt, ist durchaus auch geeignet, einen Verlust aus anderen Gründen, wie z. B. bei Scheidung, zu beschreiben. Das Modell verdeutlicht, daß eine Trennung Zeit braucht und verschiedene Phasen

durchlaufen bzw. verschiedene Elemente beinhalten muß. In der Anfangszeit wollen die Betroffenen oftmals nicht wahrhaben, daß ihre Beziehung gescheitert ist. Dann treten immer wieder heftige Emotionen auf — Schuldgefühle, Wut, Haß, Angst, Verzweiflung und Trauer — die den Betroffenen sehr viel Energie abverlangen. Die weitere Phase des Suchens und Sich-Trennens beinhaltet zunächst einmal den Versuch, sich alte Gewohnheiten zu erhalten, mit denen man sich sozusagen gegen die anstehende Veränderung sträubt. Weil dies letztlich nicht gelingt, wird der Betroffene jedoch auf sich zurückgeworfen und dadurch erneut herausgefordert, die Trennung und den Verlust zu akzeptieren. Um so besser dies gelingt, um so leichter wird es, einen neuen „Selbst- und Weltbezug“ herzustellen, wie Verena Kast dies ausdrückt. Bei dieser letzten Phase könnte man auch von einer Neuorientierung sprechen, die sich im vorliegenden Fall zum Beispiel in der Bereitschaft zeigte, Einrichtungsgegenstände für die Wohnung zu kaufen oder auch die ehemals gemeinsame Wohnung umzugestalten.

Die beschriebenen Phasen folgen nicht linear aufeinander, sondern stehen in Wechselwirkung und können sich überlappen und sogar in den Phasen, in denen die Trennung bereits akzeptiert wird, kann es zu „Rückfällen“ in bereits durchlebte Phasen kommen. Allerdings handelt es sich nach Verena Kast (1982, S. 74) dabei um Episoden, „die gar nicht eigentliche Rückfälle sind, sondern vielmehr Möglichkeiten (darstellen), Verlusterfahrungen ... noch einmal aufzuarbeiten“.

Tab. 1: Die Phasen im Trauer- bzw. Trennungsprozeß (nach Kast 1982)

- Die Phase des Nicht-wahrhaben-Wollens
- Die Phase der aufbrechenden Emotionen
- Die Phase des Suchens und Sich-Trennens
- Die Phase des neuen Selbst- und Weltbezugs

Wenn man dieses Modell auf die beschriebene Therapie anwendet, ist zu erkennen, daß Herr und Frau A. diese vier Phasen zeitlich versetzt durchliefen, insofern als Frau A. bereits bei Therapiebeginn die Phase des Nicht-wahrhaben-Wollens der anstehenden Trennung weitgehend abgeschlossen hatte, in die er zu Therapiebeginn erst eintrat. In diesem Sinn klagte Frau A., nachdem sie ihren Trennungsentschluß formuliert hatte, wiederholt darüber, daß er nicht an die Trennung glaube. Er benötigte einige Wochen, um den Entschluß seiner Frau wirklich anzuerkennen und sich nicht mehr einzureden, das könne gar nicht sein. Und immer wieder brachen heftige Emotionen auf: Er wollte mit ihr über die Vergangenheit sprechen, über seine Fehler und Versäumnisse und er wollte ihr seine Gefühle mitteilen — immer mit der Absicht, sie zurückzugewinnen. Besonders schmerzlich erlebte er, wie seine Frau sich nicht innerhalb der Ehe, sondern erst in der Trennung wohler fühlen und entfalten konnte. Als er schließlich

eine eigene Wohnung bezog, war er zunächst nicht in der Lage, diese einzurichten. Ganz allmählich konnte er sich dann neu orientieren, ein Kinderbett für die Tochter anschaffen, Gespräche mit geschiedenen Männern aus seinem Bekanntenkreis führen und etwas Eigenes für die neue Wohnung kaufen. Frau A. hingegen schmiedete relativ schnell neue Pläne, schaffte neue Einrichtungsgegenstände für die Wohnung an und profitierte von der Anerkennung, die sie am neuen Arbeitsplatz erfuhr. In dieser Phase war sie als eine erfolgreiche, in Entfaltung begriffene Frau spürbar, die sich befreite. Erst im weiteren Verlauf erlebte sie die schwierigen Gefühle von Wut und Trauer; aus therapeutischer Perspektive ist es positiv, daß sie zum Beispiel auch über die Trennung und den Verlust der gemeinsamen Perspektive trauern konnte.

Zum Setting

Alle Gespräche fanden als Paargespräche statt. Wenn einer von beiden zum Termin nicht erschien, wurde kein Gespräch geführt. Hinzu kam, und hierbei handelt es sich um eine spezifische Konstellation, daß zeitweise sowohl zwei Einzeltherapeuten als auch ein Mediator involviert waren. Herr A. hatte kurz vor Beginn der Paargespräche eine Einzeltherapie begonnen, die im Verlauf intensiver wurde; Frau A. war bei Beginn bereits vier Monate in einzeltherapeutische Behandlung, deren Frequenz im Verlauf der Paartherapie abnahm. Im Einzelsetting konnten beide über ihre eigenen Anteile sprechen und Gefühle wie Wut, Zorn und Groll bis hin zu mörderischen Phantasien gegenüber dem Partner äußern. Derartige Gefühle sind in Zusammenhang mit Trennungen normal und brauchen Raum, sollten allerdings eher gegenüber vertrauten Erwachsenen im außertherapeutischen Raum — oder, wie im vorliegenden Fall in der Einzeltherapie — geäußert werden, da sie sich in der Paartherapie sehr destruktiv auswirken können.

In der Abschlußphase suchten Herr und Frau A. einen Mediator auf, der in drei Sitzungen gemeinsam mit ihnen eine Scheidungsvereinbarung erarbeitete. Im Paargespräch wollten sie über diese Sitzungen sprechen, deren Inhalt beide oft erst im nachhinein in Schwingungen brachte, vor allem wenn deutlich wurde, daß er oder sie in der Sitzung nicht in der Lage war, ausreichend für die eigenen Interessen eintreten zu können bzw. dem anderen zu sehr entgegengekommen war.

Auch Trennungs- oder Scheidungstherapie ist Paartherapie

In der Einleitung wurde die Frage gestellt, ob man überhaupt von Paartherapie sprechen könne, wenn es im Therapieverlauf zur Trennung des Paares kommt. Da der Begriff Paartherapie in erster Linie durch die Form des Settings bestimmt wird, läßt sich diese Frage eindeutig bejahen. Weniger eindeutig läßt sich hingegen die auch häufig gestellte Frage beantworten, ob es sich im Fall

einer Trennung um eine erfolgreiche Paartherapie handelt oder nicht. Bei näherer Betrachtung ist das formale Kriterium des Zusammenbleibens eines Paares sicher nicht das geeignete Erfolgskriterium, da es nichts aussagt über die Qualität der Beziehung und über das Wohlbefinden bzw. über die Entwicklungsmöglichkeiten der Betroffenen.

Im vorliegenden Fall trug die Paartherapie zu einem konstruktiven Verlauf der Trennung und zur psychischen Stabilisierung der Betroffenen bei. Insofern ist sie als erfolgreich zu betrachten. Das Paar wollte die Gespräche in größerem Abstand fortsetzen, etwa zweimal pro Jahr, weil sie davon ausgingen, daß auch nach erfolgter Scheidung weiterhin Konflikte auftreten werden; zwar sei ihre Kompetenz im Umgang mit Konflikten gewachsen, doch wollten sie sich für „Notfälle“ die Gesprächsmöglichkeit erhalten. Auch dies ist in zweierlei Hinsicht ein gutes Zeichen: zum einen ist es realistisch, nach erfolgter Scheidung noch Konflikte zu erwarten; zum anderen spricht es dafür, daß sie in der Therapie eine gute Erfahrung gemacht haben.

Man könnte eine solche Paartherapie auch als Trennungs- oder Scheidungstherapie bezeichnen, so wie im englischen manchmal von „divorce therapy“ gesprochen wird. Aber worin läge der Vorteil einer solchen Bezeichnung? „The name , divorce therapy ' is, in fact, something of a misnomer“, so lautet der Kommentar von Gurman et al. (1986, S. 588) dazu. Die Zurückhaltung gegenüber einer zusätzlichen Bezeichnung hat vor allem damit zu tun, daß in Paartherapien in der Regel Loslösungsprozesse im Mittelpunkt stehen. Zum Beispiel wird von „innerer Trennung“ gesprochen, wenn es darum geht, sich innerhalb einer Dyade mehr Raum zu geben, die individuelle Autonomie beider Partner zu unterstützen bzw. an der Reduktion von Erwartungen zu arbeiten. Weshalb sollte also eine Loslösung, die zusätzlich mit einer äußeren Trennung einhergeht, zu einem Zeitpunkt, zu dem meist keiner der Beteiligten ganz sicher sein kann, ob diese Trennung vorübergehend oder dauerhaft ist, keine Paartherapie sein?

Möglicherweise ist die Frage danach, ob es sich um eine Paartherapie handelt, wenn ein Paar im Trennungsprozeß begleitet wird, auch Ausdruck dafür, daß ein solches Vorgehen die Therapeuten mehr mit Wertfragen konfrontiert als wenn es in einer Paartherapie um den Erhalt der Beziehung geht. Deswegen ist wohl in erster Linie zu prüfen, ob und in welchem Maße bzw. mit welchen Folgen sich ein Therapeut von der Wertvorstellung leiten läßt, Paartherapie sei vor allem dazu da, Ehen zu erhalten. Eine solche Werthaltung löst in der Regel Gefühle von Mißerfolg und Versagen aus, falls die therapeutische Arbeit zur Trennung und Scheidung eines Paares beiträgt; der Therapeut wird dann möglicherweise enttäuscht sein über einen solchen Verlauf oder in Zweifel geraten über den Sinn seiner Arbeit (Schweitzer u. von Schlippe 2000). Dies kann auch für die Klienten negative Folgen haben, weil sie zum Beispiel die Enttäuschung spüren oder mehr oder weniger diffus den Eindruck haben, dem Therapeuten nicht zu genügen.

Arbeitet ein Therapeut eher für den Erhalt der Beziehung oder favorisiert er die Trennung? In einer Paartherapie sind oftmals beide Partner — ausgesprochen oder unausgesprochen — damit beschäftigt, die Haltung des Therapeuten zu testen. Aber vor allem die Therapeuten müssen sich der Frage stellen, ob sie — ganz unabhängig von dem, wo die Klienten stehen — eher dazu tendieren, Ehen zusammenzuhalten, oder dazu, Trennungen zu favorisieren und von welchen Konstellationen sie sich zu welcher Seite einladen lassen.

Summary

Couple therapy accompanying a couple's separation

This article presents a couple therapy during which the couple found a constructive way to separate from each other. The various phases during the separation process that the two partners passed asynchronously, are clearly visible in this case. The therapeutic procedure and questions concerning the setting are explained. Finally, the therapeutic approach is discussed with respect to ethical questions arising in the context of a couple's separation or divorce during couple therapy.

Literatur

- Gurman, A.S.; Kniskern, D. P.; Pinsof, W. M. (1986): Research an the Process and Outcome of Marital and Family Therapy. In: Garfield, S. L.; Bergin, A. E. (eds): Handbook of Psychotherapy and Behavior Change. New York: Wiley and Sons, 3. Aufl., S. 565-624.
- Kast, V. (1982): Trauern: Phasen und Chancen des psychischen Prozesses. Zürich: Kreuz.
- Schweitzer, J.; von Schlippe, A. (2000): Paartherapie — Gemeinsamkeiten und Unterschiede im Dialog 1:81-83.

Anschrift der Verfasserin: Priv.-Doz. Dr. phil. Astrid Riehl-Emde, Abteilung für Psychosomatische Kooperationsforschung und Familientherapie der Universität Heidelberg, Bergheimer Str. 54, 69115 Heidelberg.