

Konrad Peter Grossmann

# Langsame Paartherapie

Mit einem Geleitwort von Ilse Gschwend

2012

Mitglieder des wissenschaftlichen Beirats des Carl-Auer Verlags:

Prof. Dr. Rolf Arnold (Kaiserslautern)	Prof. Dr. Kersten Reich (Köln)
Prof. Dr. Dirk Baecker (Friedrichshafen)	Prof. Dr. Wolf Ritscher (Esslingen)
Prof. Dr. Bernhard Blanke (Hannover)	Dr. Wilhelm Rotthaus (Bergheim bei Köln)
Prof. Dr. Ulrich Clement (Heidelberg)	Prof. Dr. Arist von Schlippe (Witten/Herdecke)
Prof. Dr. Jörg Fengler (Alfter bei Bonn)	Dr. Gunther Schmidt (Heidelberg)
Dr. Barbara Heitger (Wien)	Prof. Dr. Siegfried J. Schmidt (Münster)
Prof. Dr. Johannes Herwig-Lempp (Merseburg)	Jakob R. Schneider (München)
Prof. Dr. Bruno Hildenbrand (Jena)	Prof. Dr. Jochen Schweitzer (Heidelberg)
Prof. Dr. Karl L. Holtz (Heidelberg)	Prof. Dr. Fritz B. Simon (Witten/Herdecke)
Prof. Dr. Heiko Kleve (Potsdam)	Dr. Therese Steiner (Embrach)
Dr. Roswita Königswieser (Wien)	Prof. Dr. Dr. Helm Stierlin (Heidelberg)
Prof. Dr. Jürgen Kriz (Osnabrück)	Karsten Trebesch (Berlin)
Prof. Dr. Friedebert Kröger (Heidelberg/ Schwäbisch Hall)	Bernhard Trenkle (Rottweil)
Tom Levoid (Köln)	Prof. Dr. Sigrig Tschöpe-Scheffler (Köln)
Dr. Kurt Ludewig (Münster)	Prof. Dr. Reinhard Voß (Koblenz)
Dr. Burkhard Peter (München)	Dr. Gunthard Weber (Wiesloch)
Prof. Dr. Bernhard Pörksen (Tübingen)	Prof. Dr. Rudolf Wimmer (Wien)
	Prof. Dr. Michael Wirsching (Freiburg)

Umschlaggestaltung: Uwe Göbel  
Satz u. Grafik: Drifzner-Design u. DTP, Meßstetten  
Printed in the Czech Republic  
Druck und Bindung: FINIDR, s. r. o.

Erste Auflage, 2012  
ISBN 978-3-89670-855-7  
© 2012 Carl-Auer-Systeme Verlag  
und Verlagsbuchhandlung GmbH, Heidelberg  
Alle Rechte vorbehalten

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische  
Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Informationen zu unserem gesamten Programm, unseren Autoren  
und zum Verlag finden Sie unter: [www.carl-auer.de](http://www.carl-auer.de).

Wenn Sie Interesse an unseren monatlichen Nachrichten aus der Vangerowstraße haben,  
können Sie unter <http://www.carl-auer.de/newsletter> den Newsletter abonnieren.

Carl-Auer Verlag GmbH  
Vangerowstraße 14  
69115 Heidelberg  
Tel. o 62 21-64 38 0  
Fax o 62 21-64 38 22  
[info@carl-auer.de](mailto:info@carl-auer.de)

# Einleitung

Leben ist Entwicklung: Das gilt für Paare, für einzelne Partner wie für Paartherapeuten. Vor zehn Jahren schrieb ich ein Buch über Paartherapie, in dem ich partnerschaftliches Unglück unter einem narrativen Blickwinkel zu verstehen versuchte (Grossmann 2002). Seit damals hat sich manches gewandelt: Die Lebenswelt der Paare, mit denen ich arbeite, ist in Teilen eine andere, und ich selbst bin ein anderer geworden.<sup>1</sup>

Hat sich auch vieles verändert, so sind meine grundlegenden Fragen rund um Paartherapie doch ähnliche wie damals: Wie lässt sich partnerschaftliches Unglück verstehen? Wie entsteht es, und wodurch wird es aufrechterhalten? Wie und auf welche Weise kann Paartherapie zur Linderung oder Auflösung dieses Unglücks beitragen? Welcher Art der Beziehung zwischen den Teilnehmern des paartherapeutischen Gesprächs bedarf es? Welche prozessuale Architektur der Therapie unterstützt diesen Wandel? In welchen Prozessphasen soll sich Paartherapie als gemeinsames Gespräch aller Teilnehmer und in welchen als »Einzeltherapie in Gegenwart des Partners« realisieren? Welches sind zentrale Fokussierungen einer Paartherapie? Wie kann sich Paartherapie als zugleich erzählter, erlebter wie gelebter Unterschied realisieren?

Das vorliegende Buch ist ein Versuch, diese Fragen aus der Perspektive einer langsamen Paartherapie zu beantworten. Langsame systemische Therapie postuliert eine metaphorische Analogie zwischen evolutionären Wandlungs- und Veränderungsprozessen einerseits und Entwicklungs- und Wandlungsprozessen in Therapien andererseits; sie betont die zentrale Bedeutung der Therapiebeziehung nicht nur als Rahmen, sondern zugleich als Medium von Transformation; sie favorisiert kleinräumige, wiederholte, multimodal gestaltete Veränderungen gegenüber »großen«, interventiven (Erzähl-)Übergängen; sie versteht Therapie als Lernvorgang, der in einer Transformation neuronaler Netzwerke von Klienten gründet (vgl. Grossmann 2009a, b; Grossmann u. Russinger 2011).

---

<sup>1</sup> Mit dem Begriff »Paar« beziehe ich mich auf längerfristige heterosexuelle Partnerschaften. Manches von dem Erzählten mag auf homosexuelle Paare gut übertragbar sein, anderes nicht – meine Erfahrung mit homosexuellen Paaren ist gering.

Langsame Paartherapie geht aus von der Annahme, dass therapeutisch angeregte Veränderungen in Paarbeziehungen auf Geduld und ausreichendem Verstehen seitens der Partner wie des Therapeuten gründen; sie nimmt an, dass die meisten Veränderungen allmählich geschehen, wobei Reflexion und (wiederholtes) übendes Handeln ineinander übergehen.

Im Kontext unglücklichen partnerschaftlichen Lebens beschreiben viele Paare dieses Leben mit Metaphern des »Kämpfens« oder des »Kriegs«; sie beschreiben es als häufig eskalierenden Spannungszustand, der mit Kränkung, Verletzung, mangelnder Bedarfsdeckung, zuweilen mit Gewalt oder symptomatischen Leidenszuständen assoziiert ist. Friede hingegen – so Nadolny (1987, S. 226) in seinem Roman *Die Entdeckung der Langsamkeit* – entstehe am ehesten dort, wo Menschen langsam aufeinander zuziehen: Das gilt für die Begegnung von Partnern ebenso wie für die Begegnung eines Paares und eines Therapeuten.

Fokus dieses Buchs ist die Therapie mit Paaren, die zusammenbleiben oder wieder zusammenfinden wollen. Der einfache Grund hierfür ist, dass dies die weitaus häufigste Zielsetzung von Menschen ist, die Paartherapie in Anspruch nehmen. Partner, die sich »gut« trennen wollen, bedürfen zumeist keiner paartherapeutischen Unterstützung oder nützen hierfür Mediation, Einzeltherapie und andere Formen von Hilfe.

Der vorliegende Text gliedert sich in vier große Teile. Der *erste* ist theoretischen Grundlagen gewidmet – in diesem Zusammenhang werden Fragen der Definition, des Kontextes und der Thematik von Paartherapie sowie Ergebnisse empirischer Wirkforschung rund um Paartherapie erörtert. In der Folge werden zentrale Aspekte partnerschaftlichen Lebens diskutiert. In einem weiteren Schritt wird ein biopsychosoziales Modell partnerschaftlichen Unglücks dargestellt.

Der *zweite* Teil fokussiert zentrale Aspekte des Paartherapie-systems: die Gestaltung der therapeutischen Beziehung, Gestaltungsvarianten des therapeutischen Settings sowie den makro-, meso- und mikroprozessualen Aufbau von paartherapeutischen Gesprächen.

Der *dritte* Teil beschäftigt sich mit lösungsbezogenen Implikationen des biopsychosozialen Modells partnerschaftlichen Unglücks: Er thematisiert Möglichkeiten der Verwandlung gegebener Stressbelastung von Paaren sowie die Transformation dominanter affektiver wie kognitiver Verarbeitungsprozesse der Partner. Es erkundet Möglich-

keiten der Veränderung ihrer dominanten Bewältigungsstrategien und ihres narrativen Selbst. In diesem Zusammenhang werden hilfreiche paartherapeutische Interventionstechniken dargestellt und diskutiert.

Im Mittelpunkt des *vierten* Teils stehen ausgewählte paartherapeutische Themenstellungen: sexuelles Unglück, Gewalt sowie Untreue. Das Buch wird durch abschließende Überlegungen zu den Grenzen von Paartherapie abgerundet.

Denken und Handeln von Paartherapeuten ist – so Hare-Mustin (1994, S. 228) – durch ihre ethnische Zugehörigkeit, durch »Geschlecht, Klasse, Alter, sexuelle Präferenzen und anderes« wesentlich mitbestimmt. Es ist geprägt durch ihre Biografie, durch ihre Erfahrung im Kontext eigener Partnerschaft und durch einbettende gesellschaftliche Diskurse rund um partnerschaftliches Leben.

All dies spiegelt sich auch in meinem Schreiben wieder; seine Entspiegelungen und Erweiterungen verdankt es seinen Gegenleserinnen – meinen Kolleginnen Ulrike Russinger und Andrea Brandl-Nebehay sowie meiner Frau Renate.

Die in dem Buch dargelegten Erfahrungen gründen in der ambulanten Tätigkeit mit Paaren; in diesem Zusammenhang danke ich all jenen Kollegen, die im Rahmen der ambulanten systemischen Therapie (AST) in Wien als reflektierendes Team an vielen Paartherapien mitwirkten, für ihre Beiträge, ihre Fragen und ihre Anregungen.

In praktischer Hinsicht haben Brigitte Wurm, Christina Haberlehner, Ina Manfredini, Uli Wetz sowie die Mitarbeiter des Carl-Auer Verlags wesentlich zur Entstehung und Veröffentlichung des Texts beigetragen.

Vor allem danke ich all jenen Paaren, die ich im Lauf der Jahre kennenlernen durfte und an deren Verwandlung ich Anteil hatte – für ihre Erlaubnis, Ausschnitte von Therapiedialogen in anonymisierter Weise zu veröffentlichen, sowie für ihren Mut, ihre Offenheit und das Lernen, das sie mir ermöglichten.

## 4 Die Gestaltung der Therapiebeziehung

*The long and winding road,  
that leads to your door,  
will never disappear.  
I've seen that road before,  
it always leads me here.*

Lennon/McCartney,  
»The Long And Winding Road«

Am Ende einer Paartherapie kleidete ein Klient seine Erfahrung der gemeinsamen Gespräche in folgendem Vergleich: Vor Beginn der Therapie seien er und seine Frau fast immer auf der Straße geradeaus marschiert und dadurch in heftige Streitgespräche geraten. Im Lauf der Therapie sei ihm bewusst geworden, dass diese Straße auch Abzweigungen und Kreuzungspunkte beinhalte; er habe gelernt, sie nicht nur zu erkennen, sondern auch einzuschlagen (freilich nicht immer – manchmal sei der gerade Weg doch zu verlockend).

Dieses Bild hatte Analogien zur Erfahrung der Partnerin: Am Anfang einer Stunde seien sie und ihr Mann zumeist geradeaus losmarschiert; aber im Verlauf des weiteren Dialogs sei die Therapie so verlaufen wie ein Weg, der sich hügelab, hügelab gewunden habe und dem zu folgen ihr nicht einfach gefallen sei. Trotz der Mühsal sei dies eine gute und hilfreiche Erfahrung gewesen. Es seien – so die Klientin – nicht die einzelnen Fragen, die Übungen in einer Sitzung oder auch die mitgegebenen Empfehlungen gewesen, die ihnen geholfen hätten; vielmehr habe sie das Vertrauen, das ihnen der Therapeut und das reflektierende Team entgegengebracht habe, gestärkt und ermutigt.

Jede wirksame Therapie ist – so von Sydow (2008, S. 267) – zugleich eine »Bindungstherapie«.

Dies gilt für Paartherapie in zweifacher Hinsicht: Zum einen bietet ein Wandel der Beziehung der Partner im Lauf der Therapie die Chance einer wechselseitig »korrigierenden Bindungserfahrung« (vgl. Graue 2004, S. 214), zum anderen eröffnet sich diese Bindungserfahrung im Rahmen einer seitens der Partner als empathisch, wertschätzend und ressourcenbezogen erlebten Therapiebeziehung.

Viele Paare definieren Paartherapie als »letzte Chance«, ihre Beziehung noch zum Besseren zu wenden. Paartherapeutische Dialoge

stellen damit in vielen Fällen nicht nur eine Form der impliziten, sondern auch expliziten »Beziehungstestung« dar – eine Testung, ob sich negative Alltagserfahrungen der Partner auch im Kontext der Therapiesituation bzw. der Anwesenheit eines als Experten gedachten Therapeuten reproduzieren.

Diese Beziehungstestung hat einen »regressiven« wie »progressiven Aspekt« (vgl. Frischenschlager 1995, S. 168) – der regressive Aspekt verwirklicht sich in Analogien zwischen der alltäglichen Bezugnahme der Partner und ihrer Bezugnahme im Rahmen von Therapiegesprächen; der progressive Aspekt realisiert sich im Kreieren und Erproben von Neuem im Rahmen von Therapie.

Das positive wie negative Ergebnis einer Paartherapie wird aus der Perspektive von Klienten stärker durch die in der Therapiebegegnung aktualisierte Bezugnahme der Partner als durch die Beziehung der Partner zum Therapeuten determiniert: Nach einer Studie von Reiter-Theil et al. (1985, S. 147) erklären sich Partner positive Veränderungen im Rahmen einer Paartherapie zu etwa 80 % als Folge ihrer eigenen Bemühungen, als Folge der Bemühungen ihrer Partner oder ihrer gemeinsamen Bemühungen; nur zu 20 % führen sie positive Veränderungen auf kommunikative Beiträge von Paartherapeuten zurück.

Dennoch ist die Beziehung zwischen den Partnern und dem Therapeuten von großer Bedeutung und ein zentraler Wirkfaktor hilfreicher Paartherapie (vgl. Asay u. Lambert 2001, S. 54).

Die Beziehung der Partner zum Therapeuten hat eine rahmende und eine transformative Funktion: Die Realisierung von Empathie, Wertschätzung, Ressourcenorientierung, Kooperation und Neutralität lässt sich als stabilisierende Wirkbedingung von Therapie verstehen, die den Hintergrund für mit Labilisierung bzw. Verunsicherung einhergehende Änderungsanregungen und -erfahrungen bildet.

Zugleich hat diese Beziehung im guten Fall eine interventive und unmittelbar transformative Wirkung: Ein Paartherapeut lässt sich mit Rogers (1972, S. 52) als hilfreiches »Alter Ego« bzw. mit Bauriedl (2002, S. 87) als »therapeutischen Hilfs-Ich« lesen. Seinem »Containment« – seiner Fähigkeit, eine gegebene konfliktgeladene Atmosphäre zu ertragen, seiner Fähigkeit zu einem respektvollen und gelassenen Umgang mit gegebenen Unterschieden – kommt neben anderen Kompetenzen entscheidende Bedeutung zu. Dieses Containment kann im Lauf der gemeinsamen Begegnungen von den Partnern mehr und mehr verinnerlicht und so zu einem wechselseitigen Containment werden.

## **Empathie**

Paartherapeutische Dialoge haben in aller Regel Themen zum Gegenstand, die eng mit zentralen Sehnsüchten, Verletzungen und Ängsten der Partner verwoben sind.

Die Fähigkeit von Paartherapeuten, Rapport zu beiden Partnern herzustellen, sich in sie einzufühlen und sich ihnen affektiv anzuschließen, ist in diesem Zusammenhang ein entscheidender therapeutischer Wirkbeitrag.

Empathische Anschlüsse von Paartherapeuten aktualisieren sich non- bzw. paraverbal in Synchronisationen von Gesten sowie von Sprech- bzw. Erzählweisen, in einer fallweisen Angleichung des Atemrhythmus und der Mimik.

Sie realisieren sich verbal in Wiederholungen und Teilwiederholungen des von den Partnern Erzählten – in Zusammenfassungen und Reformulierungen von Klientenäußerungen, in Verbalisierungen dessen, was Therapeuten als wesentlichen emotionalen Erlebnisgehalt des Erzählten verstehen, im Aufgreifen von verwendeten Metaphern oder Schlüsselwörtern.

In diesem Zusammenhang sind Passungsvorgänge von großer Bedeutung: Ein Zuviel an Empathie kann von Partnern als einseitige Zugewandtheit bzw. als fehlende Wahrung von Neutralität gewertet werden oder den Eindruck mangelnder Distanz vermitteln.

## **Respekt und Wertschätzung**

Therapeutischer Respekt realisiert sich in der Anerkennung der Individualität und Besonderheit der Partner; in der Anerkennung der affektiven Bedeutung, welche Problem- und Lösungserfahrungen für sie haben; in der Wertschätzung ihrer bisherigen Versuche, Problemlösungs-Übergänge zu realisieren; in der Anerkennung der Schwierigkeiten und Hindernisse, die einer Verwandlung ihrer Beziehung entgegenstehen; in der Anerkennung der Priorität ihrer Lösungszugänge gegenüber denen des Therapeuten u. a.

## **Ressourcen- und Lösungsorientierung**

Analog zur Einzel- wie Familientherapie sind das Ergebnis einzelner paartherapeutischer Gespräche wie auch das Gesamtergebnis von

Paartherapie wesentlich durch die Ressourcenorientierung der Paartherapeuten bestimmt (vgl. Grawe 2004, S. 385).

Ressourcen sind »letztlich alles, was von einer bestimmten Person in einer bestimmten Situation wertgeschätzt wird oder als hilfreich erlebt wird« (Grawe 1993, S. 235). Eine hohe Ressourcenorientierung von Paartherapeuten zeigt sich darin, dass sie die Fähigkeiten und Kompetenzen von Partnern fokussieren und hervorheben – das (trotz alledem) Gelingende, das (möglicherweise) Selbstverständliche, die (trotz alledem) gegebene Veränderungsmotivation, vorhandene »Inseln« geprüften Lebens u. a.

## Kooperation

Die Kooperationsorientierung langsamer Paartherapie gründet in der Annahme, dass die Kommunikationsbeiträge der Partner überwiegend von der Intention der Verbesserung des gemeinsamen Lebens bestimmt und daher kooperativ ausgerichtet sind.

Jene Phänomene, die sich als Ausdruck von *noncompliance* bzw. »Widerstand« von Partnern lesen lassen, verweisen in diesem Verständnis auf ein unzureichendes Verstehen bzw. auf eine mangelnde Kooperation von Paartherapeuten zurück. Sie erklären sich aus der Erfahrung von Partnern, im Kontext des Therapiedialogs in dem, was sie als Probleme oder Ziele thematisieren, bzw. in ihrem affektiven Erleben von Wirklichkeit nicht adäquat verstanden zu werden; und/oder sie verweisen auf eine unzureichende Abstimmung des therapeutischen Vorgehens mit Motivlagen, Anliegen und Erwartungen der Partner.

## Neutralität

Paartherapie ist – so Retzer (2004, S. 136) – in vielen Fällen eine Einladung zur »Triangulation«: Beide Partner suchen den Therapeuten für eine Allianz bzw. eine »untherapeutische Triade« zu gewinnen, innerhalb welcher sie sich mit dem Therapeuten gegen den anderen Partner verbünden, wobei sie (und zuweilen auch der so verführte Therapeut) zugleich um eine »Leugnung« dieser Allianz bemüht sind.

Mit Retzer lassen sich fünf Formen der »Neutralität« differenzieren, die als »Handwerkszeug der Neutralität« konnotiert werden können: soziale Neutralität, Konstruktneutralität, Veränderungs-

neutralität, Methodenneutralität und Systemneutralität (vgl. ebd., S. 102).

### **Soziale Neutralität**

Die soziale Neutralität bzw. »soziale Allparteilichkeit« von Paartherapeuten gründet in mehrfachen Motiven: Nur eine Parteilichkeit für beide Partner kann sicherstellen, dass ein Paar im Kontext des Therapiedialogs längerfristig kooperiert. Soziale Neutralität geht zudem auf die modelltheoretische Annahme zurück, dass partnerschaftliches Unglück zumeist gemeinsam generiert wird, was eine einseitige bzw. auf einen Partner fokussierte Anregung von Veränderung in der Regel ausschließt. Soziale Neutralität reduziert zugleich das Risiko, dass der Therapeut seitens jenes Partners, der dem gleichen Geschlecht angehört wie er selbst, als Konkurrent erlebt wird.

Soziale Neutralität ist im guten Fall mehr, als dass sich der Therapeut beiden Partnern annähernd gleich zuwendet – sie ist eine Haltung und Dialogpraxis, die sich als Modell der Einübung in die produktive Handhabung von Unterschieden zwischen Partnern lesen lässt.

Soziale Neutralität realisiert sich nicht zuletzt als Gender-Neutralität: Paartherapie ist ein »bedeutsamer Ort für den Prozess der Bestätigung oder des Überdenkens männlicher oder weiblicher Identitätskonstruktion« (Brandl-Nebenhay u. Hinsch 2010, S. 78) – als solcher birgt er die Gefahr, dass bestehende Gender-Mythen durch männliche wie weibliche Therapeuten aufrechterhalten oder verfestigt werden:

»So tendiert man als TherapeutIn oft dazu, an das eigene Geschlecht provokantere Fragen zu richten und den andersgeschlechtlichen Klienten eher zu schonen [...], als Therapeutin lässt man sich möglicherweise von einem massiven Klienten einschüchtern und an die Wand drängen, als Therapeut fällt man angesichts hilflos wirkender Klientinnen vielleicht manchmal in die Rolle des starken Helfers und Beschützers, als Therapeutin verstärkt man männliches Rückzugsverhalten« (Kuttenreiter 2002, S. 79).

### **Konstruktneutralität**

Die Konstruktneutralität von Paartherapeuten soll – so Retzer (2004, S. 103) – die Gefahr einer »affektiven Infektion« bzw. eines therapeuti-

schen »Einschwingens« auf einen der Partner bzw. beide Partner banen. Konstruktneutralität realisiert sich darin, dass Paartherapeuten den individuellen Beschreibungen, Erklärungen und Lösungsideen der Partner in annähernd gleichem Abstand begegnen.

### **Veränderungsneutralität**

Die Veränderungsneutralität von Paartherapeuten ist insbesondere dann von Bedeutung, wenn die Partner einer möglichen Veränderung mit Abwehr, Skepsis oder Ambivalenz begegnen.

Veränderungsneutralität stellt in diesem Zusammenhang sicher, dass sich Paartherapeuten nicht in einseitiger Weise zu »Verbündeten« einer (möglicherweise gar nicht erwünschten) Lösung machen bzw. dass die Veränderungsmotivation, welche die Paartherapie trägt, von Klienten, nicht von Therapeuten ausgeht.

### **Methodenneutralität**

Paartherapeuten sind dann hilfreich, wenn sie die »Methode« der Paartherapie als einen möglichen Lösungsansatz für partnerschaftliches Unglück unter (vielen) anderen verstehen. Diese Methodenneutralität ist vor allem dort wichtig, wo ein oder beide Partner der Inanspruchnahme von Therapie mit Skepsis, Angst oder Sorge gegenüberstehen. Gleich der Veränderungsneutralität stellt die Methodenneutralität sicher, dass Paartherapie durch die Motivation der Partner, nicht durch die von Paartherapeuten getragen wird.

### **Systemneutralität**

Systemneutralität stellt eine »Neutralität gegenüber der Paarbeziehung eines Paares als Organisationsform« dar (Retzer 2004, S. 111). Sie erlaubt Therapeuten, danach zu fragen, warum eine Paarbeziehung fortgeführt und nicht beendet werden soll. Zuweilen mündet die Systemneutralität von Paartherapeuten darin, dass beide Partner – statt den Therapeuten von der Aussichtslosigkeit ihrer Beziehung zu »überzeugen« – gute Gründe für ein Fortführen ihrer Beziehung zu fokussieren beginnen.

Die Systemneutralität von Paartherapeuten hat aber nicht nur eine strategische Komponente, sie ist auch inhaltlich begründet: Das Zusammenbleiben eines Paares ist nicht immer die beste Option für die Partner wie für mitbetroffene Kinder.

Fragen der Systemneutralität stellen sich insbesondere im Kontext der Abwägung von Trennungs- bzw. Scheidungsfolgen.<sup>21</sup> Etwa 75 % aller von Scheidung bzw. Trennung betroffenen Familien gelingt mittel- bis langfristig eine gute Anpassung an die neue Situation. Bei zwei Dritteln aller Scheidungskinder kommt es zu maximal vorübergehenden Auffälligkeiten, bei einem Drittel – in der Regel bei jenen Kindern, wo weitere Belastungsfaktoren vorliegen bzw. auch nach der Scheidung ein hohes Konfliktniveau zwischen den Eltern fortbesteht – korreliert Scheidung mit einem erhöhten psychischen Erkrankungsrisiko, mit vermehrter Delinquenz, erhöhten Problemen in späteren Partnerschaften und einem erhöhten Suizidrisiko von Kindern und Jugendlichen (vgl. Wallerstein u. Blakeslee 1989). Eine erhöhte Vulnerabilität bzw. Bereitschaft, symptomatisch zu reagieren, zeigt sich allerdings ebenso bei Kindern wie Erwachsenen in zusammenlebenden Familien mit hohem Konfliktniveau:

»Das meiste, was über Scheidung geschrieben wird, übertreibt die negativen Wirkungen und unterschlägt die manchmal beträchtlich positiven Folgen. Fraglos [...] hat die Scheidung viele Erwachsene und Kinder gerettet [...] und vielen die Chance zu einem bemerkenswerten persönlichen Wachstum eröffnet« (Heatherington u. Kelly 2003, S. 17).

Eine erhöhte Belastung entfällt für von Scheidung bzw. Trennung betroffene Kinder in aller Regel, wenn sie ausreichenden Kontakt mit beiden Eltern haben, Eltern über die Scheidung bzw. Trennung hinaus zusammenarbeiten, Veränderungen in der Lebenswelt der Kinder geringfügig sind, sie über ein verlässliches soziales Beziehungsnetz verfügen und Eltern um einfühlsame Elternschaft bemüht sind.

---

<sup>21</sup> Im Kontext von Scheidungs- bzw. Trennungsbewältigung verfügt zumeist derjenige Partner, der die Scheidung bzw. Trennung initiiert, auch über die besseren Bewältigungsmöglichkeiten.