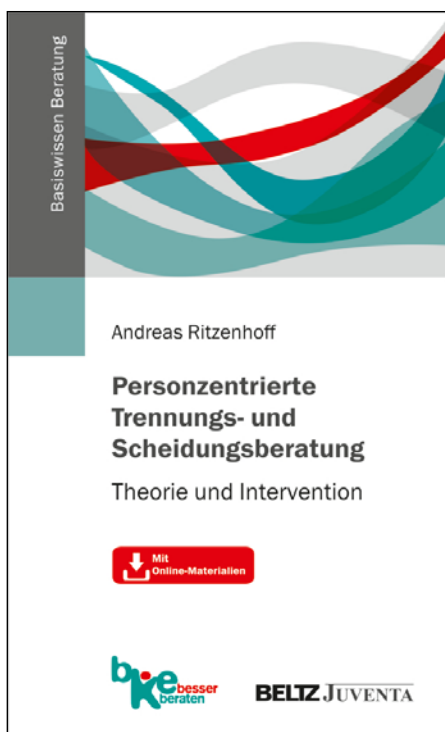




Leseprobe aus Ritzenhoff, Personenzentrierte Trennungs-
und Scheidungsberatung,
ISBN 978-3-7799-6376-9 © 2022 Beltz Juventa in der
Verlagsgruppe Beltz, Weinheim Basel
[http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/
gesamtprogramm.html?isbn=978-3-7799-6376-9](http://www.beltz.de/de/nc/verlagsgruppe-beltz/gesamtprogramm.html?isbn=978-3-7799-6376-9)

Inhalt

Einleitung	7
Theorien und Konzepte	13
1 Der personenzentrierte Ansatz	13
2 Die personenzentrierte Mehrpersonenperspektive	25
3 Die psychische Situation von Eltern in und nach der Trennung	34
4 Streitende Eltern: (hoch-)konflikthaft und sehr verletzt	47
5 Personenzentriertes Erklärungsmodell elterlicher Konflikthaftigkeit	55
6 Eine personenzentrierte Konzeption von Trennungsberatung	64
Praxis personenzentrierter Trennungsberatung:	
Diagnostik und Intervention	75
7 Allgemeine Zielsetzungen von Trennungsberatung	75
8 Diagnostik elterlicher Funktionalität	76
9 Beratungsprinzipien	102
10 Prozessorientierte Interventionen in der Trennungsberatung	130
11 Beratung in besonderen Elternkonstellationen	155
12 Typische Fallen in der Trennungsberatung	172
Schlussfolgerungen und Ausblick	177
Literatur	184
Hinweise zu den Online-Materialien	189

Einleitung

Die gute Nachricht vorweg: Beratung mit getrennten Eltern kann Spaß machen! Und sie kann für Eltern eine wirkungsvolle Unterstützung sein, erstarrte Konfliktmuster zu verlassen und neue Wege der Elternschaft ohne Partnerschaft zu entwickeln.

Meist gelten konflikthafte Eltern nach Trennung als eher schwierige Klientel in der Beratung. Sie sind nicht immer freiwillig gekommen, manchmal scheinen sie sich in erster Linie über den anderen Elternteil beschwerten zu wollen oder sie geraten miteinander in eskalierende Auseinandersetzungen. Als engagierte Beratungskräfte fühlen wir uns dann leicht zu hilflosen Zuschauern degradiert – wenn wir ihnen nicht in gut strukturiertem Rahmen mit einer ebenso wertschätzenden wie auch klaren Haltung begegnen.

In den letzten zwei Jahrzehnten sind vor allem aus der jeweiligen professionellen Praxis heraus viele neue Konzepte entstanden, um dem Phänomen der (Hoch-)Strittigkeit von Eltern nach Trennung möglichst effektiv begegnen zu können. Sie beziehen sich z. B. auf...

- den gesellschaftlich-juristischen Rahmen der Beratung, z. B. das FamFG (Bundesgesetzblatt, 2008), in dem im Rahmen des richterlichen „Hinwirkens auf Einvernehmlichkeit“ Beratung eine wichtige Rolle als Verweisungsoption zugeordnet ist
- das Zusammenwirken der beteiligten Fachkräfte und die Balance zwischen Vertrauensschutz und Kooperation
- die strukturellen Rahmenbedingungen der Beratungsarbeit mit strittigen Eltern, zum Beispiel die Klärung der Zuweisungs- und Anmeldeprozedur oder der personellen Ausstattung
- Diagnostik (z. B. Konfliktstufeneinteilungen, Eingangsdiagnostik, Evaluation)
- Intervention, etwa Einzel- und Gruppenangebote für die be-

troffenen Kinder, mediative, lösungsorientierte und andere „konfliktniveauangepasste“ Modelle oder den begleiteten Umgang.

Warum an dieser Stelle ein Buch zur Personenzentrierten Trennungs- und Scheidungsberatung? Die personenzentrierte Haltung ermöglicht im Rahmen eines humanistisch-systemischen Gesamtverständnisses einen wertschätzenden Zugang zur subjektiven Erfahrungswelt strittiger Eltern, die häufig durch ihre Konflikt- und Trennungsgeschichte tiefgreifend bindungsverunsichert sind. Sie benötigen daher ein Beziehungsangebot, bei dem sie sich in der Beratung so sicher und aufgehoben fühlen, dass sie neues Beziehungsvertrauen entwickeln und differenzierende Erfahrungen mit dem anderen Elternteil zulassen können.

Mir geht in diesem Band einerseits darum, diejenigen Kolleginnen und Kollegen, die in Beratungsstellen beziehungsweise in eigener Mediations- oder Beratungspraxis mit getrennten Eltern arbeiten, mit der personenzentrierten Beziehungshaltung in der Trennungsberatung vertraut zu machen. Meine Wahrnehmung ist, dass in der täglichen Praxis ohnehin vielfach Aspekte des personenzentrierten Beratungsansatzes praktiziert werden, ohne dass dies bewusst geschieht bzw. explizit benannt wird. Insofern wird an dieser Stelle nicht das Rad (der Trennungsberatung) neu erfunden, sondern Theorie- und Handlungswissen soll in einer Form erfahrbar werden, dass sie möglichst an das eigene implizite und systematisierte Beratungsvorgehen anchlussfähig ist und individuelle Weiterentwicklungsprozesse in der Arbeit unter den Rahmenbedingungen vor Ort anregen kann.

Andererseits möchte ich personenzentrierte Beraterinnen und Berater ermutigen, sich im Bereich der Trennungs- und Konfliktberatung mit ihrer Begegnungshaltung selbstbewusst zu professionalisieren. Leider gibt es bislang keine für diesen Bereich adaptierte personenzentrierte Theorie oder ausformulierte Interventionsprinzipien; die Rückmeldungen zu ersten Ansätzen in dieser Richtung (vgl. Ritzenhoff, 2018; 2019) waren mit ausschlaggebend für dieses Buch.

Im Kapitel *Theorien und Konzepte* wird zunächst kurz in einige Kernkonzepte der – ursprünglich aus der Arbeit mit einzelnen Personen entwickelten – Theorie des personenzentrierten Ansatzes eingeführt. Personenzentrierte Kolleginnen und Kollegen mögen diesen Teil überschlagen, falls er ihnen allzu bekannt vorkommt.

Die konzeptionelle Erweiterung des Ansatzes auf Mehrpersonensettings ist die theoretische Basis personenzentrierter Trennungsberatung. Über einen kurzen Ausflug zur Personenzentrierten Systemtheorie (Kriz, 2004, 2011, 2013) wird die Nähe einiger entscheidender personenzentrierter Theorieanteile zu dem in vielen Beratungseinrichtungen heute dominierenden systemischen Paradigma deutlich, z. B. in Bezug auf grundsätzliche Aspekte wie Selbstorganisation, zirkuläre Kausalität, Prozessorientierung. Gleichzeitig wird der innere Bezugsrahmen, aus dem heraus die Elternteile ihre Wahrnehmung konstruieren, als wichtige Perspektive zum Verständnis des Konflikterlebens und -verhaltens herausgestellt.

Hierzu werden Aspekte der psychischen Situation getrennter Eltern beschrieben. Der Schwerpunkt dieses Buches liegt in der Trennungsberatung mit Eltern, dennoch werden die wichtigsten Auswirkungen von elterlicher Trennung auf die beteiligten Kinder ebenfalls dargestellt, da sie für die späteren Überlegungen zu Diagnostik und Intervention relevant sind.

Im Anschluss an die Ausführungen zur psychischen Situation der Familienmitglieder widmen wir uns dem Phänomen elterlicher Konflikthaftigkeit. Hier gibt es die Konfliktstufeneinteilung von Alberstötter (2005, 2006a), die sich in der Praxis bewährt hat zur schnellen Einschätzung über die aktuelle Konflikthaftigkeit der Elternteile.

Während Eltern auf einer niedrigen Konfliktstufe trotz der Streitigkeiten und Zerwürfnisse auf der Paarebene in der Beratung die Bedürfnisse ihrer Kinder im Blick behalten und gemeinsam als Eltern zu guten Verabredungen kommen können, ist dies bei Eltern(-teilen) mit höherer Konflikthaftigkeit nicht mehr ohne weiteres möglich. Beratungsinterventionen werden sich hier jenseits der Unterstützung in Richtung guter Vereinba-

rungen in deutlich höherem Ausmaß auf das Streitverhalten der Eltern in der Beratung selbst beziehen müssen.

Wir werden den Fragen nachgehen, durch welche Merkmale eine hohe Konflikthaftigkeit gekennzeichnet ist und inwieweit sich aus personenzentrierter Perspektive Erklärungsansätze zur Entstehung aktueller Konflikteskalationen ableiten lassen.

Den Übergang von der Theorie in die Praxis markieren die Ausführungen zu einer personenzentrierten Konzeption von Trennungs- und Konfliktberatung: Die von Rogers (1957) ursprünglich für die Einzelpsychotherapie formulierten „Bedingungen für Persönlichkeitsveränderung“ erfuhren im Laufe der Jahrzehnte Konkretisierungen für die Arbeit mit Paaren (z. B. Auckenthaler, 1983) und Familien (z. B. Gaylin, 2002; O’Leary, 2012, 2014) und werden hier adaptiert auf die Trennungsberatung.

Im Kapitel *Praxis personenzentrierter Trennungsberatung: Diagnostik und Intervention* werden zunächst allgemeine Zielsetzungen der Trennungsberatung von Eltern (z. B. Erarbeitung der Möglichkeiten und Grenzen der Kooperation, Wiederaufbau von Vertrauen auf der Elternebene, verbesserte Kommunikation usw.), sowie häufige konkrete Ziele in Bezug auf die Verbesserung der Nachtrennungssituation (z. B. Absprachen bzgl. Umgang und Übergabe, Transport von Informationen) umrissen.

Ausführlich dargestellt werden die Überlegungen zu den diagnostischen Aspekten elterlicher Funktionalität nach Trennung (Weber & Ritzenhoff, 2018), weil diese eine wichtige Grundlage für die Entwicklung einer angemessenen, personenzentrierten Beratungshaltung und entsprechender Interventionen sind.

Unter elterlicher Funktionalität verstehen wir einerseits die Fähigkeit, in der Nachtrennungssituation angemessen feinfühlig auf kindliche Bedürfnisse einzugehen – inklusive der kindlichen Bindungsbedürfnisse gegenüber dem anderen Elternteil, der Bedürfnisse nach Struktur und Orientierung. Andererseits geht es auch um die Möglichkeit, alleine und in Gegenwart des/r Ex-Partners/in eigene Emotionen wahrnehmen, versprachlichen und regulieren zu können.

Die diagnostische Frage ist, inwieweit die Eltern aktuell in der Lage sind, ihre Verletzungen aus der Paar- und Trennungszeit so weit zu distanzieren, dass sie gemeinsam an guten Vereinbarungen arbeiten können. Oder ob eine Beratung (zunächst) im Einzelsetting hilfreicher ist, um die Beschäftigung mit eigenen Verletzungen besser begleiten zu können. Vielleicht brauchen Eltern auch eine gleichzeitige Beratung in zwei unterschiedlichen Räumen, bei der grundlegende Absprachen im Sinne einer weitgehenden Parallelisierung von Elternschaft getroffen werden können, ohne dass sie direkt aufeinandertreffen müssen. In einigen Fällen ist Beratung aktuell gar keine angemessene Form der Unterstützung.

Trennungsberatung findet manchmal exklusiv statt, also ohne gleichzeitige Inanspruchnahme anderer psychosozialer oder juristischer Institutionen, z. B. bei dem Anliegen beider Elternteile, sich bezüglich möglicher Auswirkungen einer bevorstehenden Trennung auf die gemeinsamen Kinder und einem konstruktiven elterlichen Umgang mit den kindlichen Gefühlen beraten zu lassen.

Häufiger aber steht die Beratungseinrichtung in einer Reihe mit anderen Hilfeanbietern, wie z. B. dem Familiengericht, Verfahrensbeiständen, Sozialdiensten im Jugendamt oder Anwälten.

Im Rahmen dieses Buches können wir uns nicht allzu ausführlich der Kooperation der hier beteiligten Akteure widmen (vergleiche dafür z. B. Menne & Weber, 2011), jedoch erörtern wir kurz die Frage, wie Beratungseinrichtungen möglichst klar die Chancen, aber auch die Grenzen von Beratung den anderen Institutionen des örtlichen Hilfesystems deutlich machen können.

Für die Beratung selbst gilt es, eine Balance zu finden zwischen professioneller Kooperation und der Verschwiegenheitspflicht gegenüber den Eltern. Wir beschäftigen uns mit der Frage, welche Einflüsse die Rahmenbedingungen, unter denen die Beratung zustande kommt – z. B. gerichtsverwiesen (also im familiengerichtlichen Verfahren als angeordnete oder empfohlene Beratung) oder freiwillig, während oder nach Abschluss ei-

nes laufenden gerichtlichen Verfahrens –, auf den Beratungsprozess haben können.

Bei der Erläuterung allgemeiner Beratungsprinzipien für die Arbeit mit Eltern mit unterschiedlicher Konflikthaftigkeit schildere ich zunächst einige grundsätzliche Haltungen, die wir in den Teams der Familienberatung der AWO Oldenburg und der Psychologischen Beratungsstelle der Stadt Oldenburg gemeinsam konzeptionell erarbeitet haben. Es folgt eine Beschreibung verschiedener Beratungssettings und der Ebenen der kommunikativen Intervention, die wir als Beratungskräfte einsetzen. In welchen Situationen ist Einzelberatung angezeigt? Und wann vollziehen wir in der gemeinsamen Beratung den Wechsel zwischen dem Dialog mit einzelnen Elternteilen und der Moderation des Gespräches der Eltern untereinander? Welche Kriterien gibt es, um die Frage nach dem Einbezug der Kinder im Einzelfall differenziert beantworten zu können?

Anhand von Fallkonstellationen werden Grundzüge konstruktiver beraterischer Interventionen zu unterschiedlichen Themen und Beratungssituationen aus personenzentrierter Perspektive erläutert, sowie einige Fallen beschrieben, in die wir in der Trennungsberatung geraten können.

Theorien und Konzepte

1 Der personenzentrierte Ansatz

Durch dieses Buch wird uns unter anderem Familie W. begleiten. Paul W. (46 Jahre) und Mareike W. (43 Jahre), beide im Lehramt, haben drei Kinder (Annika, 13 Jahre; Nick, 11 Jahre und Simon, 7 Jahre). Sie waren kurz nach der räumlichen Trennung zum ersten Mal in der Beratungsstelle erschienen. Wir werden das Elternpaar und deren turbulente Trennungsgeschichte noch genauer kennenlernen, aber gleich zu Beginn sei verraten, dass es ihnen im Verlauf der Zeit gelang, eine konstruktive, kooperative Elternebene hinzubekommen. Hier ein Ausschnitt aus dem Abschlussgespräch, in dem die Eltern zurückgeschaut und Bilanz gezogen haben:

Herr W.: „Am Anfang war ich – ehrlich gesagt – ziemlich mutlos. Wir haben uns bei fast jedem Thema sofort angefangen zu streiten, ohne dass ich das Gefühl hatte, ich hätte das stoppen können. Ich glaube, damals ging es gar nicht wirklich darum, dass unsere Kinder möglichst gut aus der Situation herauskommen, sondern ich wollte unbedingt die Bestätigung, dass ich ja gar nichts für die Trennung konnte und meine Frau daran schuld ist, weil sie damals den Schlussspunkt gesetzt hat.“

Berater: „Am Anfang wollten Sie vor allem darin verstanden werden, wie ohnmächtig Sie sich in der Trennung gefühlt haben, wie ausgeliefert gegenüber den Streits...“

Herr W.: „...ja, genau, und ich brauchte dringend das Gefühl, da versteht mich jemand und ich muss nicht die ganze Zeit kämpfen oder sofort eine gute Lösung parat haben.“

Berater (zu Frau W. gewandt): „Sie haben jetzt eine ganze Weile ihrem Mann zugehört... Sie wirken gerade ganz berührt...“

Frau W.: „Ja, ich bin so erleichtert, dass wir jetzt zusammen auf diese schlimme Zeit gucken können [atmet tief aus] und ich mich nicht mehr so schuldig fühle und die ganze Zeit nur verteidige.“

Berater: „Es fühlt sich viel leichter an, sich zuhören und austauschen zu können ohne die Angst, dass gleich wieder der Krieg beginnt.“

Frau W. (nickt): Bei mir ist jetzt mehr Vertrauen, dass wir das als Eltern doch noch hinkriegen.“

In dieser kurzen Sequenz erfahren wir nichts über die konkreten Vereinbarungen oder Schritte, die die Eltern vollzogen haben. Dennoch ist erkennbar, dass Mareike und Paul im Verlauf der Beratung etwas Entscheidendes gelungen ist: Sie haben ihre Haltung zueinander neu entwickeln können, was eng verbunden ist mit einer größeren Akzeptanz der Trennungsgeschichte an sich und entsprechend friedlicheren Gefühlen. In diesem Verlauf haben also emotionale und kognitive Veränderungsprozesse bei Paul wie auch bei Mareike stattgefunden. Gleichzeitig entwickelte sich die Kommunikation der beiden in Richtung einer vermehrten Fähigkeit sich zuzuhören, in kommunikativen Botschaften aufeinander zu beziehen und dabei zunehmend selbst Verantwortung für eigene Meinungen und Stimmungslagen zu übernehmen.

Diese innerpsychischen und interaktionellen Aspekte sind untrennbar in reziproker Rückbezüglichkeit miteinander verbunden. Der personenzentrierte Ansatz geht davon aus, dass in der Beratung mit mehreren Personen selbstverständlich deren Kommunikation und das System (z. B. einem Paar- oder Familiensystem) an sich thematisch im Mittelpunkt stehen kann, Adressatinnen und Adressaten aber immer die Personen bleiben, die in diesem System miteinander interagieren (vgl. Schneider, 2006, S. 65).

Carl R. Rogers, der den personenzentrierten Ansatz aus den Ergebnissen seiner jahrelangen Forschung über die Merkmale konstruktiv verlaufener einzelpsychotherapeutischer Prozesse entwickelte, stellte von Beginn an in den Mittelpunkt seines Erkenntnisinteresses, welche Aspekte des Beziehungsangebotes des Therapeuten an den Klienten sich für letzteren persönlichkeitsverändernd und heilsam auswirken. Rogers schaute dabei auch auf die Klientinnen und Klienten und stellte fest, dass sie

diese therapeutische Art in Beziehung zu treten auch wahrnehmen müssen, damit sie sich weiterentwickeln können.

Das personenzentrierte Beratungs- und Therapiekonzept verfügt sowohl über eine Theorie hilfreicher Beziehungen als auch über eine Persönlichkeits- und Störungstheorie, die hier zunächst kurz in ihren Kernaussagen beschrieben werden, damit die konzeptionellen Erweiterungen auf die personenzentrierte Arbeit mit mehreren Personen im Allgemeinen und mit getrennten Eltern im Besonderen verständlich werden.

Beziehungstheorie

Rogers (1957) beschrieb sechs Bedingungen, damit sich ein förderlicher therapeutischer Prozess (gilt für den Beratungsprozess entsprechend) entwickeln kann:

1 Zwei Menschen (Therapeut/in bzw. Berater/in und Klient/in) sind miteinander in einem psychologischen Kontakt. Sie nehmen sich gegenseitig „als Menschen“ wahr, reagieren auf einander „resonant“, was sich in einer mindestens minimalen Veränderung im Erfahrungsfeld des anderen niederschlägt. Auf diese Art zueinander in Beziehung zu treten kann, aber muss nicht bewusst sein.

Mareike W. wirkte zunächst sehr aufgeregt und hektisch, als sie zum ersten Beratungsgespräch erschien. Die ruhige Gesprächsatmosphäre bewirkte, dass sie selbst langsamer sprach, tiefer atmete und sich ihre Körperhaltung entspannte. Nach einigen Minuten begann sie über ihr inneres Erleben zu sprechen statt über Fakten.

2 Die eine Person ist mit eigenem Erleben bzw. Erfahrungen beschäftigt, welche nicht zu ihrem Selbstbild passen, sie ist inkongruent. Diese mangelnde Übereinstimmung zwischen Selbst und Erfahrung kann als solche bewusst wahrgenommen werden, sich aber auch in Ängstlichkeit oder Verletzlichkeit äußern. Das

Phänomen der „Inkongruenz“ wird weiter unten im Zusammenhang mit der Störungstheorie näher beschreiben.

Nochmal zum Erstgespräch mit Mareike W.: Sie berichtete, wie sehr es sie beschämte, in derartige Konflikte mit ihrem Mann zu geraten. Als Lehrerin leitete sie an ihrer Schule die Streitschlichter-AG und hatte sich immer als friedliebend und ausgleichend wahrgenommen.

3 Die andere, therapeutische Person ist in der Beziehung zum/zur Klienten/Klientin möglichst „sie selbst“, also echt, kongruent im Sinne von erfahrungsoffen. Es ist nicht notwendig (oder möglich!), dass wir als Beraterinnen oder Berater alle eigenen Themen für uns vollständig erledigt haben müssen. Die Kongruenz bezieht sich nur auf den Moment der Begegnung mit der Klientin bzw. dem Klienten. Dies schließt mit ein, dass es auch innere Erfahrungen geben kann, die für den Prozess der Klientin oder des Klienten nicht förderlich sind.

Eine Beraterwahrnehmung z. B.: „Ich merke, dass mich Frau W. gerade nervt, weil sie einfach nicht zum Punkt kommt. Ich werde ganz ungeduldig und kann ihr gar nicht mehr zuhören“.

Hier ist es entscheidend, dass wir unsere Wahrnehmungen nicht ausblenden, um weiter damit umgehen zu können – zum Beispiel in Bezug auf die Frage, ob ich die Ungeduld erlebe, weil sie mich an eigene biografische Erfahrungen erinnert oder tatsächlich eine Resonanz ist auf die momentane Art der Klientin sich auszudrücken. Ob und in welcher Form wir diese Resonanz der Klientin gegenüber mitteilen können, wird in der einzelnen Situation davon abhängen, inwieweit das auf eine wertschätzende Art geschehen kann beziehungsweise ob die Klientin es wohl aktuell annehmen würde und ob es entwicklungsunterstützend ist.

4 Der Therapeut oder die Therapeutin ist dem Klienten bzw. der Klientin gegenüber unbedingt zugewandt, kann also die Er-

fahrungen des Klienten oder der Klientin unterschiedslos wertschätzen, unabhängig davon, ob es sich z. B. um „angenehme“ oder „unangenehme“ Erfahrungen handelt, weil sie zur inneren Welt der Klientin oder des Klienten gehören.

Diese Haltung unterscheidet sich von einer an Bedingungen gebundenen Wertschätzung, bei der etwa einzelne Erfahrungen oder Eigenschaften positiv und andere negativ bewertet würden.

Wenn ich es schaffe, mich als Berater auf die innere Erfahrungswelt von Mareike W. einzulassen, werde ich z. B. ihre Beschämung resonant nachempfinden können, ohne aus einem diagnostischen oder persönlichen Bezugssystem heraus denken zu müssen: „Jetzt ist sie aber hochsensibel, vielleicht sollte sie mehr zu ihren Handlungen stehen.“

Wenn Menschen bedingungslose Wertschätzung erfahren, werden sie frei, sich intensiver mit den eigenen Gedanken und Gefühlen (auch den unangenehmen, beschämenden usw.) zu beschäftigen, statt damit, wie sie sein sollten, z. B. um mir als Berater zu gefallen oder meinen Werthaltungen zu entsprechen.

Diese Bedingung meint übrigens nicht, dass wir als Beraterinnen oder Berater jedes konkrete *Verhalten* unserer Klienten und Klientinnen gutheißen sollen. Gerade in der Trennungsberatung kommt es darauf an, Eltern mit ihrem Streitverhalten zu konfrontieren, dies aber zu tun in einer Haltung der unbedingten Wertschätzung gegenüber den Elternteilen als Personen mit den entsprechenden inneren Erfahrungen.

5 Der Therapeut oder die Therapeutin fühlt sich empathisch in den inneren Bezugsrahmen der Klientin oder des Klienten ein und wird dadurch die Gefühle des Gegenübers so erfahren, *als ob* es die eigenen wären. Er oder Sie ist quasi ein Reisegefährte auf dem Weg, den der Klient durch seine innere Erfahrungswelt beschreitet und versucht, möglichst präzise mitzuteilen, was er oder sie in diesem Prozess der Einfühlung erlebt und vom Klienten verstanden hat.

Paul W. rutscht im Erstgespräch auf seinem Stuhl hin- und her, knetet seine Handflächen. Mehrmals beginnt er einen Satz, den er nicht beendet, schaut zu Boden.

Berater: „Sie sind sich nicht sicher, wie Sie es beschreiben sollen... (Herr W. nickt) ...und gerade ziemlich aufgeregt, hier zu sein...(?)“

Wichtig ist hierbei, dass ich als Beraterin oder Berater nach Möglichkeit nie das Bewusstsein dafür verliere, dass es sich um die Erfahrungen des Klienten handelt und dies abgrenzen kann von meinen eigenen, persönlichen Resonanzen *auf* den Klienten.

6 Der Klient oder die Klientin kann mindestens in Ansätzen die unbedingt wertschätzende, empathisch-verstehende Haltung des Therapeuten bzw. der Therapeutin wahrnehmen. Auch das förderlichste Beziehungsangebot kann nur dann seine Wirkung entfalten, wenn es beim Gegenüber auch ankommt.

Gerade in der Trennungsberatung gehört es zu den größten Herausforderungen, Wertschätzung gegenüber den Elternteilen und das Bemühen um entwicklungsunterstützenden Beziehungsraum so zu transportieren, dass dieser als solcher wahrgenommen und angenommen werden kann.

Wenn diese sechs Bedingungen erfüllt sind, kommen unter anderem folgende Entwicklungsprozesse in Gang (Rogers, 1959):

- Klientinnen und Klienten können Gefühle zunehmend besser wahrnehmen und freier ausdrücken.
- Die bedingungslose positive Beachtung der Therapeutin oder des Beraters kann immer besser angenommen werden und führt auf Dauer zu einer zunehmenden Selbstachtung (z. B.: „Ich mag es, ‚ich‘ zu sein, mich zu spüren, auch wenn mir gerade etwas missglückt ist“). Erfahrungen, die mit dem Selbstkonzept unvereinbar sind, müssen nicht mehr so sehr abgewehrt werden.
- Innere Erfahrungen, auch diejenigen, die sich unangenehm anfühlen, können also vermehrt als *eigenes* Erfahren akzep-

tiert, sowie besser von Außenwelterfahrungen unterschieden werden.

- Diese eigenen Erfahrungen können exakter symbolisiert (z. B. verbal benannt) und ins Selbstkonzept aufgenommen werden, z. B.: „Es fühlt sich gerade traurig an, und das ist auch ein Teil von mir“.
- Auf Dauer reorganisiert sich das Selbstkonzept in dem Sinne, dass auch die Erfahrungen, die vorher zu bedrohlich waren, nun Eingang ins Selbstkonzept erhalten. Der Klient oder die Klientin erfährt eine höhere Übereinstimmung (Kongruenz) zwischen Selbstkonzept und organismischer Erfahrung.

Humanistisches Menschenbild

Rogers postulierte die überragende Bedeutung der Beziehung jedoch nicht nur für die Therapie- oder Beratungssituation, sondern auch für die Entwicklung der Person an sich. Als einer der wichtigsten Vertreter der humanistischen Psychologie teilte er auch deren weitere Annahmen zum grundsätzlichen Wesen des Menschen.

Der Konzeption eines personenzentrierten Erklärungsmodells zur Konfliktentstehung, sowie der personenzentrierten Trennungsberatung an sich, liegt ebenfalls das humanistische Menschenbild zugrunde, weshalb es an dieser Stelle kurz erläutert werden soll. Wichtige Aspekte dieser Perspektive auf den Menschen sind:

Die Bedürfnis- und Werteorientierung: Hier werden zwei grundsätzliche Ausrichtungen des Menschen unterschieden. Maslow (1981) bezeichnete die grundlegenden Bedürfnisse des Menschen als Defizitbedürfnisse – die, wenn sie dauerhaft nicht erfüllt sind, unter anderem zu psychischen Störungen führen können. Er unterschied

- physiologische Bedürfnisse (biologische Selbst- und Art-erhaltung),
- Sicherheitsbedürfnisse (Schutz vor gewaltsamer Einwirkung, Krankheit, Schmerz, ferner Struktur, haltgebende Ordnung etc.)

- soziale Bedürfnisse (nach Liebe, Zugehörigkeit zu einem sozialen Verbund etc.)
- Bedürfnisse nach „Achtung und Geltung“, auch als „Individual“- oder „Status-Bedürfnisse“ bezeichnet: Streben nach Autonomie, sowie nach Können, Stärke und Leistung (vgl. z. B. Eberwein, 2009, S. 25f.)

Bei den Defizitbedürfnissen strebt der Mensch nach organismischer Homöostase. Aktuell „oben aufliegende“ Mangelzustände drängen ins Wahrnehmungsfeld (physiologisch z. B. als Hunger oder Durst; sozial z. B. als Einsamkeit usw.) und treten zurück, wenn sie ausreichend befriedigt bzw. beantwortet sind.

Als Wachstumsbedürfnisse bezeichnete Maslow diejenigen Tendenzen, die auf Weiterentwicklung der Persönlichkeit, der *Entfaltung der individuellen Potenziale* und der eigenen Kreativität ausgerichtet sind. Diese sind im Prinzip unerschöpflich und geben Menschen Sinnerleben, eingebettet in ein grundlegendes (ethisches) Werteempfinden.

Mit der Bedürfnispyramide weist Maslow darauf hin, dass es in der Interaktion mit der Außenwelt die grundlegend missglückenden Versuche der Befriedigung von Bedürfnissen sind, die zu psychischem Leiden und destruktivem Sozialverhalten führen – letzteres nach humanistisch-psychologischem Verständnis also nicht auf einer angeborenen zerstörerischen Triebhaftigkeit beruht.

In der personenzentrierten Trennungsberatung ist die Differenzierung zwischen dem (Konflikt-)Verhalten als Symptom einerseits und andererseits dem dahinterliegenden chronischen und akuten Mangel an Befriedigung von Bedürfnissen nach Sicherheit, liebevoller sozialer Zuwendung, Anerkennung usw. ein wichtiger Zugang zu einem wertschätzenden Verständnis der inneren Situation aller Familienmitglieder.

Die Beziehungsorientierung: Die Konzeption des Menschen als vom Wesen her frei, autonom und nach der Verwirklichung der eigenen Potenziale strebend, beschreibt jedoch nur die eine Seite menschlichen Strebens – sie befindet sich idealerweise in Balance mit seiner grundsätzlich sozialen Orientierung: Der

Mensch ist auf Begegnung als wechselseitigen Katalysator für Wachstum unbedingt angewiesen, erst am „Du“ wird der Mensch zum „Ich“ (Buber, 1986, S. 7ff.). Von Beginn an sind Säuglinge auf ihre frühen Bindungspersonen bezogen und erfahren durch die resonante Feinabstimmung zwischen kindlichen Signalen und elterlicher Antwort, wie willkommen sie sind, wie liebevoll, sicher und verlässlich die (soziale) Welt für sie ist. Erst die annehmende Spiegelung durch die vertrauten Bezugspersonen ermöglicht mentale Repräsentationen der kindlichen Emotionen und Bedürfnisse, die sich später mit der Aneignung von Symbolsystemen (in erster Linie der Sprache) zu einer ständig erweiterungs- und wandlungsfähigen Konzeption des Selbst strukturieren.

Die ganzheitliche Sichtweise: Körperliche, kognitive, emotionale (inklusive motivationaler, wahrnehmungsbezogener) Prozesse vollziehen sich fein aufeinander abgestimmt, und sie tun dies selbstreguliert, gemäß individueller organismischer Charakteristika und biografischer Erfahrung. Die Komplexität menschlichen Verhaltens ist weder durch die aufsummierende Betrachtung verschiedener Einzelfunktionen noch durch Reiz-Reaktions-Schemata befriedigend erklärbar. Diese holistische Sichtweise nimmt vielmehr verschiedene, in spezifischer Weise aufeinander bezogene Subsysteme an mit einer jeweils eigenen Dynamik in der zirkulären Rückkopplung ihrer Elemente (Eberwein, 2009, S. 14).

Die Neuroforschung untermauert eindrucksvoll das von der humanistischen Psychotherapie postulierte „Primat der Gefühle“: Emotionale Erfahrungen sind für Entscheidungsprozesse grundlegend (z. B. bei der Auswahl zwischen verschiedenen Handlungsalternativen, vgl. Theorie der somatischen Marker, Damasio, 1997); spätere kognitive Erklärungen dagegen nur Post-hoc-Rationalisierungen. Rogers bezeichnete dies als „organismischen Bewertungsprozess“ – Erfahrungen, die als den Organismus erhaltend oder fördernd wahrgenommen werden, werden positiv bewertet, solche die die Erhaltung oder Förderung stören als negativ (Rogers, 1959, S. 48).

Vor diesem Hintergrund wird deutlich, dass in der Beratung

tiefgreifende Änderungen von Selbst- oder Beziehungskonzepten bei getrennten Eltern nur über den Einbezug emotionaler Erfahrungen möglich sind. Psychoedukation, „Appelle an die Einsicht“ oder das Bemühen um ausschließlich kognitive Umstrukturierung allein können die grundsätzliche Haltung der Eltern zueinander nicht nachhaltig verändern.

Entwicklungstheorie und Störungsverständnis

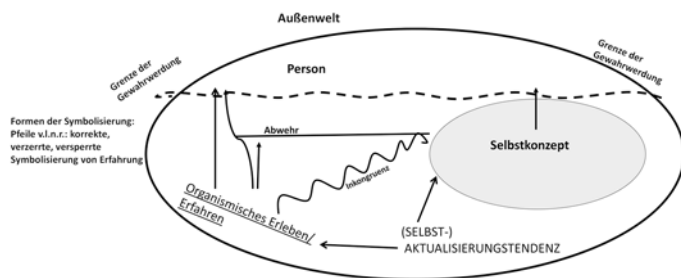
Der oben erwähnte organismische Bewertungsprozess von Erfahrungen als förderlich bzw. hinderlich für die Erhaltung oder Entfaltung des Organismus fußt auf der sogenannten *Aktualisierungstendenz*, jenem umfassenden Sinn- und Entwicklungsprinzip, welches allem menschlichen Streben nach Bedürfnisbefriedigung und Selbsterhaltung, aber auch nach Differenzierung und Erweiterung des Organismus und seiner Möglichkeiten zugrunde liegt. Diese bewirkt zum Beispiel, dass Kleinkinder mühsam Gehen lernen, obwohl sie durch Krabbeln zunächst viel einfacher ans Ziel kämen, Erwachsene bringen jenseits funktionaler oder finanzieller Erwägungen kreative Kunstwerke hervor.

Der Säugling entwickelt mit der Zeit über die ersten mentalen Repräsentationen eines Teiles seiner Erfahrungen ein Bewusstsein für das eigene Sein und Handeln. Durch viele verlässlich gleichartige Interaktionssequenzen, vor allem mit der sozialen Umwelt, differenziert sich mit der Zeit ein Selbstkonzept (meist synonym benutzt: Selbst, Selbstbild) heraus.

Das Selbstkonzept als der bewusstseinsfähige Teil des Organismus wird fortan über die *Selbstaktualisierungstendenz* (eines Teiles der Aktualisierungstendenz) neue Erfahrungen als förderlich bzw. hinderlich für die Entwicklung des Selbst differenzieren. Diese Erfahrungen bezeichnete Rogers als *Selbsterfahrungen*. Förderliche Erfahrungen werden aufgesucht und negative, bedrohliche vermieden oder abgewehrt.

Mit der Gewahrwerdung des Selbst tritt ein bei Menschen allgegenwärtiges Bedürfnis zutage, dessen Befriedigung für die Entwicklung des Selbst zentral ist: das Bedürfnis nach positiver Beachtung durch die wichtigen frühen Bezugspersonen. Ob das

Abb. 1: Personenzentrierte Theoriebegriffe



Kind positive Beachtung erfährt, bewertet es anhand der Beobachtung der Reaktion der Bezugsperson und der entsprechenden eigenen organismischen Resonanz. Wenn es schon sprechen könnte, würde es vielleicht sagen: „Lächelt Mama? Ist ihre Stimme sanft und angenehm? Es fühlt sich wohl an!“

Im günstigen (theoretischen) Fall fühlt das Kind sich immer geliebt und angenommen, unabhängig davon, welche inneren Erfahrungen es aktuell macht, ob es also z. B. traurig ist oder wütend oder ängstlich. Das Kind kann dann diese Erfahrung als zu sich selbst gehörend wahrnehmen und annehmen. Dementsprechend wird diese Erfahrung unverzerrt in das Selbstkonzept aufgenommen. Das Kind ist „mit sich im Reinen“, organismische Erfahrungen und das Selbstkonzept sind befinden sich in *Übereinstimmung*, in *Kongruenz*.

Wenn das Kind sich die entsprechende Situation vergegenwärtigt, könnte es z. B. zu dem Schluss kommen (natürlich ohne es schon so ausdrücken zu können): „Als Mama wegging, habe ich mich allein gefühlt, wurde traurig und habe geweint. Meine Gefühle sind in Ordnung. Ich war froh, als sie wiederkam und mich getröstet hat.“ Die positive Beachtung der Bezugsperson führt also auch zu einer positiven Selbstbeachtung, die entsteht, wenn entsprechende Selbsterfahrungen verknüpft werden mit der Befriedigung des Bedürfnisses nach positiver Beachtung.

Normalerweise erlebt ein Kind jedoch, dass nicht alle Erfahrungen gleichermaßen der positiven Beachtung wert sind, sondern es erfährt, dass einige Erfahrungsbereiche (z. B. Wut) miss-

billigt oder ignoriert werden. In dem Bedürfnis nach positiver Beachtung wird sich das Kind dann nicht nur an den eigenen organismischen Wahrnehmungs- und Bewertungsprozessen, sondern vor allem an den Reaktionen der wichtigsten Bezugspersonen ausrichten. Entsprechend verändert sich auch die Selbstbeachtung:

Bereiche organismischer Erfahrung, die sich in Übereinstimmung mit der Bewertung von außen befinden, werden wahrgenommen und korrekt symbolisiert ins Selbstkonzept aufgenommen, während die nicht von außen wertgeschätzten Erfahrungen selektiv wahrgenommen und entsprechend der Bewertungsbedingungen verzerrt (so als würden sie den Bewertungsbedingungen entsprechen) oder gar nicht als Selbsterfahrungen symbolisiert werden.

Wenn beispielsweise ein Kind mit einem Elternteil aufwächst, der sehr liebevoll sein kann, wenn es sich anhänglich und freundlich verhält, jedoch zornige und traurige Signale des Kindes nicht gut aushält, wird sich das Kind in Übereinstimmung mit dem organismischen Bedürfnis nach positiver Beachtung vor allem der eigenen liebevollen und bedürftigen Erfahrungen bewusst, während es beispielsweise Zorn auf den Elternteil gar nicht und die eigene Traurigkeit als Bedürftigkeit verzerrt symbolisieren könnte. Trauer und Zorn an sich wären dann nicht (mehr) wahrnehmbar, möglicherweise aber ein diffuses Erleben von Unwohlsein oder Angespanntheit.

So richtet sich die Wahrnehmung des Kindes selektiv immer mehr nach den Erfahrungen aus, die den Wertungsbedingungen entsprechen und so ins Selbstkonzept eingearbeitet werden, während die abweichenden Erfahrungen unschwellig als bedrohlich für den Erhalt des Selbstkonzeptes wahrgenommen und abgewehrt, also an der korrekten Symbolisierung gehindert werden (vgl. z. B. Panagiotopoulos, 1993, S. 46f.). Die Organisation dieses Abwehrprozesses zum Schutz des Selbstbildes erfolgt durch die sogenannte *Selbstbehauptungstendenz*, die ebenfalls als Teil der Aktualisierungstendenz verstanden wird.

Der Zustand der Unvereinbarkeit zwischen organismischer Erfahrung und dem (durch Wertungsbedingungen geprägte)

Selbstkonzept wird im personenzentrierten Ansatz *Inkongruenz* genannt. Der Inkongruenzbegriff ist zentral für das personenzentrierte Verständnis der Entwicklung von Symptomen und Störungen (vgl. z. B. Rogers, 1959; Differentielles Inkongruenzmodell, Speierer, 1994, 1995; Überlegungen zur Inkongruenzkonstellation, z. B. Finke, 1994; Biermann-Ratjen, 2006), je nach Zeitpunkt der autobiografischen Genese, Art und Ausmaß der Bedrohung sowie der Abwehr äußert sich die Inkongruenz unterschiedlich bewusstseinsnah – als Erleben von „Unvereinbarkeit“, Anspannung, Angst, „Brüchigkeit im Erleben“ oder in körperlicher oder psychischer Symptomatik.

2 Die personenzentrierte Mehrpersonenperspektive

Rogers selbst machte sich Gedanken über die Auswirkungen von Kongruenz bzw. Inkongruenz auf die Kommunikation. Je größer die Übereinstimmung zwischen organismischer Erfahrung, dem aktuellen Bewusstsein dieser Erfahrung und dem kommunikativen Ausdruck ist, desto klarer und eindeutiger kann die Botschaft sowohl formuliert als auch verstanden werden. Eindeutige Kommunikation führt tendenziell zu mehr Kongruenz auch beim anderen Kommunikationspartner und insgesamt besserem gegenseitigem Verstehen und höherer Befriedigung in der Kommunikation, während inkongruente Kommunikation verwirrend wirkt und gegenseitiges Verstehen massiv behindert.

Rogers postulierte, dass es sich hierbei um Prozesse handelt, die dazu neigen, sich gegenseitig zu verstärken. Inkongruente Kommunikationsabläufe wirken zunehmend frustrierend, deren Dynamik aber unterbrochen werden kann, wenn ein Partner resonant (also in wertschätzender Beachtung) bleibt für die unterschweligen Wahrnehmungen sowohl bezüglich der eigenen wie auch die der anderen Seite – sei es aus eigener „Nicht-Verletzlichkeit“ oder mit therapeutischer Unterstützung (vgl. Rogers, 1959, S. 64; Keil, o.J.; S. 5).

Etliche Veröffentlichungen haben sich in der Folge der Adaptation zentraler personenzentrierter Konzepte und deren An-

wendung für die Arbeit mit mehreren Personen gewidmet (siehe zum Beispiel Gordon, 1972; Auckenthaler, 1983, Linster, 2000; Gaylin, 2002; O'Leary, 2012, 2014).

Mit der Verbindung von personenzentrierten und systemischen Perspektiven schafft die Personenzentrierte Systemtheorie (Kriz, vgl. z. B. 2004, 2011, 2013) einen theoretischen Rahmen für die Beschreibung und Erklärung der Phänomene in Mehrpersonensettings.

Kriz bezieht sich auf die ursprünglich zur Erklärung naturwissenschaftlicher Phänomene entwickelte Synergetik (Haken, 1991), nach der sich durch äußere Einwirkung Systeme selbstorganisiert in „Phasenübergängen“ je nach Ausmaß der Instabilität der bestehenden Ordnung qualitativ verändern und in eine neue Ordnung übergehen können.

Im Unterschied zu mechanistisch-kausalen Modellen, wo ein bestimmter Energieeinsatz vorhersagbar einen bestimmten Effekt erzeugt, kann es sein, dass in einem bestimmten Ordnungszustand des Systems ein hoher äußerer Kraftaufwand kaum Veränderung hervorbringt, während bereits minimale Einflüsse zu einem neuen (systeminhärenten) dynamischen Ordnungszustand führen können, je nachdem, wie ausgeprägt die Instabilität des Systems aktuell ist.

Dies ist ein Phänomen, das wir aus der Beratung mit getrennten Eltern gut kennen: Manchmal scheint sich über Sitzungen hinweg trotz engagierter Begleitung keine Entwicklung abzuzeichnen und plötzlich gibt es so etwas wie ein Durchbruch im Verständnis der Eltern zueinander oder im Prozess des Aushandelns von konkreten Vereinbarungen – obwohl wir als Berater und Beraterin gar nichts „Besonderes“ getan haben.

Die Aktualisierungstendenz als Sinn- und Entwicklungsprinzip im personenzentrierten Ansatz steht in Übereinstimmung mit den Prinzipien moderner interdisziplinärer Systemtheorie (vgl. Kriz, 2013), die Prozesse beschreibt, in denen einzelne Phänomene (z. B. Töne) sich selbstreguliert zu einem Muster, einer Ordnung formen, also z. B. in der Wahrnehmung des Zuhörers eine Melodie ergeben. Diese Tendenz, dass rückgekoppelte Prozesse Ordnungen hervorbringen, wird in der Systemtheorie als