

Paartherapie

Editorial

Paartherapie – und wenn nein, warum doch ...



Dr. phil. Barbara Stein,
Dipl.-Psych.

*Klinik für Psychosomatische
Medizin und Psychotherapie
Klinikum Nürnberg
Prof.-Ernst-Nathan-Str. 1
90419 Nürnberg*

*barbara.stein@klinikum-
nuernberg.de*

Wozu könnte es gut sein, sich mit Paaren zu beschäftigen – ist das „Geschäft“ Psychotherapie nicht auch so schon kompliziert genug? Unterschiedliche Schulen, Herangehensweisen, Aufträge ... Und dann ist Paartherapie noch nicht einmal im Volumen von Anträgen im Rahmen der Richtlinienpsychotherapie vorgesehen – muss also letztlich von den Klienten selbst finanziert werden. Registriert man darüber hinaus die publikumswirksam platzierte Werbung von Partnervermittlungen im Internet, so entsteht schnell die Idee: alter Partner – schlechtes Leben, neuer Partner – gutes Leben. Warum also den Aufwand treiben, eine Beziehung zu retten, wenn ein neuer Versuch so einfach ist und sich angeblich in jeder Minute Menschen über solche Vermittlungsangebote neu verlieben?



Dr. med. Bettina Wilms

*Klinik für Psychiatrie,
Psychotherapie
und Psychosomatik
Südharz Klinikum
99734 Nordhausen*

bettina.wilms@shk-ndh.de

Leider wissen Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten nur zu gut, dass es eben nicht so einfach ist: Sich klar zu machen, dass die Partnerschaft in einer Krise steckt, ist oft schon ein schwieriger Prozess. Die Frage, ob eine Trennung ansteht, ist in aller Regel von vielen Zweifeln und immer wieder aufkeimender Hoffnung begleitet. Und insbesondere mit gemeinsamen Kindern stellt sich auch im weiteren Leben immer wieder die Frage, was denn wer wann hätte anders machen können, damit ...

Wir haben uns also damit auseinanderzusetzen, dass trotz hoher Trennungs- und Scheidungsraten Menschen nach wie vor von der lebenslangen glücklichen Partnerschaft träumen und sich hierzu auch immer wieder auf den Weg machen. Oft unabhängig davon, wie häufig sie schon behauptet haben, das Single-Leben sei klasse, die Ehe eine Kette und die Aussicht, jahrzehntelang am Frühstückstisch der gleichen Person zu begegnen, allein in der Vorstellung schon eine Qual. Dass die jahrzehntelange glückliche Partnerschaft auch in früheren Generationen schon ein Mythos war, wird dabei gern unterschlagen: Früher starb der Partner oder die Partnerin eher, als dass er oder sie sich trennte – und das „ganz natürlich“, z. B. im Krieg oder im Kindbett oder weil das Leben einfach so hart war, dass ernsthafte Erkrankungen dem Leben vor der Goldenen Hochzeit ein Ende machten.

Aber was könnten oder sollten wir tun in einer Zeit, in der die grundsätzliche Chance, 80 Jahre alt zu werden, noch nie höher war – und dagegen die Wahrscheinlichkeit, dies mit einer Partnerin oder einem Partner zu erleben, noch nie geringer? In einer Zeit, in der das Ausmaß von Belastung in Beruf und Familie steigt und eine befriedigende Partnerschaft oft das Zünglein an der Waage ist, wenn es darum geht, die Belastungsreaktion zu verhindern und im Privaten geschützt Lösungen zu suchen?

Die Autoren dieses Heftes machen deutlich, dass konflikthafte Entwicklungen in Partnerschaften in erheblichem Maß zu psychischen Störungen der Partner beitragen und Familien und Kinder dramatisch negativ beeinflussen können. Und trotz der o.g. Widrigkeiten auf der Finanzierungsebene gibt es viele Klienten, die sich entschließen, auch für diesen Teil ihres Lebens Hilfe zu suchen. Die methodischen Zugangswege sind dabei verschieden, und wir haben versucht, Ihnen einen breiten Überblick zur Verfügung zu stellen. Bedeutsame Kontextaspekte, wie Veränderungen im Familienrecht und die Möglichkeit paartherapeutischer Interventionen während eines Klinikaufenthaltes, kommen dabei ebenso zur Sprache wie die Frage nach der Wirksamkeit von Paartherapie. Aber natürlich geht es auch um Sexualität und die ersten Schritte in eine Partnerschaft – schließlich kennen wir alle auch Patienten und Patientinnen die leiden, weil sie keine Beziehung haben, Probleme in der Kontaktaufnahme beklagen oder sich nur schwer binden können.

Das Grundproblem für uns Therapeuten bzw. Therapeutinnen ist dabei, dass wir in einer Paartherapie dauerhaft mit mehr als einer Person in einem Raum sitzen und der Verführung, sich als Schiedsrichter bzw. Schiedsrichterinnen zu betätigen, widerstehen sollten. Für das therapeutische Arbeiten mit 2 „Auftraggebern“ und deren ggf. unterschiedlichen Aufträgen sollte man sich daher wohl aktiv entscheiden und es wirklich wollen. Dass eine Reihe von Kollegen und Kolleginnen dies schon viele Jahre lang tut, nicht zuletzt auch die Autoren dieses Heftes, lässt die Annahme zu, dass wir es mit einem spannenden Feld innerhalb der Psychotherapie zu tun zu haben, für das wir werben möchten – in der Hoffnung, Sie am Ende vielleicht inspiriert zu haben.



Bettina Wilms

Barbara Stein