Aus: Beratung Aktuell, Junfermann Verlag Paderborn, 1- 2000, S. 41 –51.

Rudolf Sanders

Einzelfallorientierte Gruppenarbeit in der Eheberatung

Ein Schlüssel zur Klärung und Bewältigung von Beziehungsproblemen

1) Einleitung

Die am häufigsten genannten Anlässe, eine Ehe-, Familien- und Lebensberatung aufzusuchen, sind Probleme und Schwierigkeiten von Menschen im Gestalten ihrer nächsten intimen Beziehungen.
Folglich ist es ein zentrales Anliegen jeder Beratungsarbeit, daß die Ratsuchenden eine bewußtere Kontrolle und Veränderung ihres problematischen Beziehungsverhaltens erlernen. Nach den Ergebnissen der Psychotherapieforschung (*Grawe* et al. 1994), ist es immer dann sinnvoll, die Gruppenarbeit einer Einzeltherapie vorzuziehen, wenn mehrere Klienten mit gleichartigen Problemen und Schwierigkeiten um Hilfe nachsuchen. Neben dem nicht von der Hand zu weisenden Ökonomieaspekt sprechen zahlreiche weitere Vorteile für die Bevorzugung der Gruppenarbeit. Dabei geht es zuallererst um die Nutzung spezieller Rahmenbedingungen und Wirkfaktoren, die sich ausschließlich in therapeutischer Gruppenarbeit realisieren lassen (*Fiedler* 1996).

Sprechen also die Ergebnisse der Therapieforschung eine eindeutige Sprache, so sieht die Realität an den Beratungsstellen bei weitem noch anders aus. Die Arbeit im Einzelsetting überwiegt.
In der *Bestandsaufnahme in der institutionellen Ehe-, Familien, und Lebensberatung* (*Klann & Hahlweg* 1994) wird als häufigste Form des Beratungssettings die Einzelberatung mit 62% aufgeführt; es folgt die Paarberatung mit 27,5% und die Familienberatung mit 7,9%. Die Arbeit mit Gruppen findet lediglich in 0,7% der Fälle statt. Das entspricht damit nicht dem wissenschaftlichen Standard für eine therapeutisch-beraterische Arbeit für Menschen mit Beziehungsstörungen. Diese lassen sich aufgrund der Ergebnisse der Psychotherapieforschung (*Grawe et al*. 1994) signifikant am besten an dem Ort, wo sie entstehen, also im Paar, und in Form der Gruppentherapie heilen. „*Es gibt eine große Anzahl von Hinweisen darauf, daß die Schwierigkeiten eines Patienten am besten in einem Setting behandelt werden können, in dem eben diese Schwierigkeiten*

aktualisiert werden: Partnerprobleme unter Einbeziehung beider Partner;.... generalisierte zwischenmenschliche Schwierigkeiten in einer Gruppentherapie;..... Eine Gruppentherapie bietet...noch reichere Übertragungs- bzw. Aktualisierungsmöglichkeiten als eine Einzeltherapie und ist daher, wie in unseren Ergebnisberichten für eine ganze Anzahl verschiedener Therapiemethoden festgestellt wurde, noch besser geeignet, Veränderungen des zwischenmenschlichen Erlebens und Verhaltens herbeizuführen" (a.a.O.S.704*). „Für Patienten, bei denen Veränderungen im zwischenmenschlichen Bereich erwünscht sind, ist das gruppentherapeutische Setting aber dem einzeltherapeutischen auf jeden Fall vorzuziehen*." (a.a.O.S.706).

Später (1998) bedauert es *Grawe* ausdrücklich, daß das einzeltherapeutische Setting als das natürliche Setting der Psychotherapie angesehen wird, so daß Gruppentherapie, Paar- und Familientherapie eher als Ausnahmen oder Abweichung von der Regel erscheint: *"Mit der Wirkungsweise von Psychotherapie scheint es mir nur viel seltener als Setting der ersten Wahl zu begründen zu sein, denn das Wirkungspotential anderer therapeutischer Settings ist wohl eher größer einzuschätzen"* (S.129).

Was hindert aber angesichts solcher eindeutiger Aussagen viele Berater daran, in und mit Gruppen zu arbeiten?

Der Schwerpunkt des nun folgenden Textes zielt zum einen darauf, mögliche Ursachen für diese "Abstinenz" aufzuzeigen, zum anderen soll er Mut machen, sich der "Herausforderung" Gruppenarbeit zu stellen. Damit diese erfolgreich wird, wird insbesondere die von *Fiedler* (1996) beschriebene einzelfallorientierte Arbeit in und mit Gruppen zur Grundlage gemacht. Daß und wie dieser Ansatz sich gerade im Rahmen einer Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle gut eignet und bewährt hat, wurde an anderer Stelle (*Sanders* 1997) ausführlich dokumentiert. Er soll ermöglichen, daß die Schwierigkeiten, die Klienten in ihrem täglichen Leben mit ihrem Partner haben und deretwegen sie um Beratung nachsuchen, früher oder später im Rahmen der Gruppe in Erscheinung treten und somit einer Klärung und Bewältigung zugeführt werden können. Damit diese Störungen im Miteinander auch aktualisiert werden, ist es wichtig, daß die Gruppentherapie mit Paaren in einem vertrauensvollen Rahmen stattfindet.

2) Konfliktorientierte Gruppendynamik versus akzeptierende und stützende Einzelfallorientierung

Ein zentraler Grund, warum viele Berater die Arbeit in und mit Gruppen meiden, mag in deren (schlechten?) Erfahrungen liegen, die sie vielleicht in ihrer Ausbildung oder an anderer Stelle mit Gruppen gemacht haben, vielleicht auch an mangelnder Vorstellung, wie genau eine solche Arbeit aussehen kann.

In der Arbeit mit Gruppen kommen insbesondere zwei Arten im therapeutischen Setting zum Tragen:

- konflikt-, beziehungs- interaktionsorientierte Psychotherapiegruppen,
- störungs-, methoden- und einzelfallorientierte Psychotherapiegruppen.

Beide unterscheiden sich dadurch, welche Bedeutsamkeit der sich entwickelnden Dynamik der Gruppe beigemessen wird. In der ersten Form werden zur Anregung konfliktorientierter Prozesse oftmals zu Beginn der Gruppenentwicklung seitens der Leitung "Frustrationen" durch Zurückname ihrer Fachautorität gesetzt. Erwartungen der Gruppenteilnehmer, der Leiter möge eine Führungsrolle einnehmen und sich für den Gruppenprozeß verantwortlich fühlen, werden enttäuscht. Dadurch sollen Gruppenkonflikte der Teilnehmer untereinander oder auch aggressive Affekte den Therapeuten gegenüber initiiert werden.
Der therapeutische Wert einer Freisetzung konfliktorientierter gruppendynamischer Prozesse, die Initiierung von Beziehungskonflikten der Teilnehmer untereinander ist in der Literatur jedoch sehr umstritten. Zumindest schwerer gestörte und interaktionell dysregulierte Klienten können mitunter stark affektiv erschüttert werden, wenn die Therapeuten nicht ausreichend in einer hilfreichen Auflösung ungünstiger gruppendynamischer Verwicklungen ausgebildet sind (*Bednar & Kaul*, 1994). Selbst dort, wo professionelle Therapeuten Gruppen mit **nicht** psychisch gestörten Menschen durchführten, entwickelten sich bei ca.10% zuvor nicht psychisch gestörter Menschen im Verlauf der Gruppenarbeit eine substantielle psychische Störung (*Liebermann, Yalom & Miles* 1973).

Die störungs- und einzelfallorientierte Gruppenarbeit unterscheidet sich von dem vorgenannten Ansatz dadurch, daß nicht die Entwicklung, Reflexion und Analyse der Gruppendynamik und damit der aktuellen Interakti-

onsschwierigkeiten der Gruppenmitglieder untereinander im Mittelpunkt der Arbeit stehen, sondern das einzelne Paar mit seinen Schwierigkeiten, die es zu Hause hat, die es in die Beratungen geführt haben. Es geht also primär um Probleme außerhalb der Gruppe, die sich aber nach Möglichkeit im Miteinander der Partner im Rahmen der Gruppe aktualisieren sollten.
Dieser letztgenannte einzelfallorientierte Ansatz der Gruppenarbeit kann bedeutende therapeutische Wirkungen entfalten, ohne daß in diesen Gruppen jemals irgendwelche gruppendynamischen Konflikte oder Interaktionsprobleme der Gruppenteilnehmer untereinander thematisiert wurden oder bewältigt werden mußten (*Grawe et al.* 1994).

3) Regeln für die Paarberatung in und mit einer Gruppe

Im folgenden werden einige Bedingungen für das erfolgreiche Arbeiten mit paartherapeutischen Gruppen aufgezeigt. Hält sich ein Berater an diese Leitlinien, so gelingt i.d.R. die Gruppenarbeit und ist für alle Teilnehmer mit viel Freude, Spaß und Hoffnung verbunden. Die letztgenannten Seelenzustände sind ausgesprochen wichtig, denn sie sind mit einer Aktivierung positiver motivationaler Schemata verbunden. Sie bieten eine Grundlage, auf der einen Seite die anstehenden Probleme zu klären und zu bewältigen, auf der anderen Seite aber auch sich korrektiven Erfahrungen, die nicht mit den bisherigen Erwartungen übereinstimmen, auszusetzen. Eine solche Atmosphäre löst wiederum positive Rückkoppelungsprozesse bei den Klienten aus.

- Ein Paartherapeut geht mit einem Paar einen Dienstvertrag ein. Das Paar erwartet, daß sich der Berater in seinem therapeutischen Handeln auf der Grundlage empirisch gesicherter Konzepte verhält.

- Klienten wissen am besten selbst, was für sie gut ist. Deshalb werden sie an keiner Stelle gezwungen, etwas gegen ihren eigenen Willen zu tun. Alle Interventionen sind Vorschläge und können vom Klienten angenommen werden oder nicht. Bei allen Interventionen von Seiten des Therapeuten gilt es, etwa durch eine genaue Beschreibung der Übung, deutlich zu machen, welche Absicht dieser damit in Hinblick auf partnerschaftsfördernde Intentionen des Klienten verfolgt. Diese sind jedenfalls nicht einfach voraussetzen, sondern der Therapeut muß versuchen, sie zu aktivieren, zu stärken und zu fördern.

- In einer Gruppe äußert sich jeder Teilnehmer nur insoweit, wie er es selbst möchte. Es ist sogar möglich, auch nur "zuschauend" an einer Gruppe teilzunehmen.

- Jede Gruppenarbeit ist einzelfallorientiert. Das heißt, es geht immer um die Beziehungskonflikte des Einzelnen, des einzelnen Paares. Entstehen Konflikte der Gruppenteilnehmer untereinander, so werden diese auf ihre Relevanz für das sonstige Alltagsleben des Einzelnen, des Miteinander im Paar untersucht: "Kennen Sie ähnliche Konflikte auch außerhalb dieser Gruppe? Wie erleben Sie diese? Wie gehen Sie damit um?" Der Berater sorgt also dafür, daß eine Beziehungsanalyse nicht dadurch behindert wird, daß die Gruppenmitglieder in eine gruppendynamisch inspirierte Diskussion ihrer Konflikte und Interaktionsprobleme untereinander eintreten. Vielmehr achtet er darauf, daß Beziehungsprobleme möglichst individualisiert auf den Einzelnen bzw. das einzelne Paar hin betrachtet werden. Es wird damit für den Einzelnen bzw. das Paar eine möglichst geschützte Situation hergestellt, in der über ihre Beziehungsschwierigkeiten ohne voreilige Interpretation und Störungen durch die übrigen Gruppenteilnehmer in aller Ruhe reflektiert werden kann. Wenn die anderen Gruppenteilnehmer eingeladen werden, ihre Wahrnehmungen mitzuteilen, geht es immer um konstruktives Feedback. So weit wie möglich wird versucht, das in der Gruppe gezeigte Verhalten mit alltäglichen Verhaltensmustern in einen sinnvollen Zusammenhang zu stellen.

- Keinesfalls werden Konflikte der Teilnehmer untereinander durch die Leitung provoziert oder intendiert.

- Eine klare Struktur und Transparenz des therapeutischen Vorgehens ist wichtig und von positiver Bedeutung im Hinblick auf das Bedürfnis nach Orientierung und Kontrolle seitens der Klienten. Ferner wird dadurch explizit deren Würde geachtet und ihre Autonomie verstärkt. Dem Einzelnen und den Paaren wird ein Raum bereitgestellt, in dem sie sich selbst orientieren und aktiv sein können. Ihre eigene Aktivität wird im Sinne der Therapieziele gefördert.

Diese Regeln werden in der ersten Sitzung den Teilnehmern mittels einer Handreichung erklärt (Anlage 1). Ein wichtiges Anliegen dabei ist auch, den Ratsuchenden deutlich zu machen, daß sie selber mit ihren Ideen, mit ihren Wahrnehmungen und Beobachtungen und inneren Resonanzen am Gelingen des Beratungsprozesses teilhaben. An dieser Stelle wird ihnen auch vermittelt, daß sie ihre Rückmeldungen an andere Teilnehmer

so formulieren, daß sie für den, der sie gibt, selbst akzeptabel wären und für den, der sie empfängt, konstruktiv und hilfreich sind. Damit werden sie zur Selbst- und Mitverantwortung für den Therapieverlauf motiviert.

4) Die anderen Gruppenteilnehmer als Kapital für den Erfolg des Heilungsprozesses der einzelnen Paare

Vergleicht man die Arbeit mit einem einzelnen Paar und die Arbeit mit mehreren Paaren in einer Gruppe, so ist die letztere viel einfacher, weil die anderen Gruppenteilnehmer am Prozeß der Heilung bei den Einzelnen stark beteiligt sind. Man kann sich als Berater sogar oft die Frage stellen, was genau eigentlich heilt. Sicherlich ist es ein gutes Zusammenspiel zwischen den Anregungen in der offiziellen Sitzung, den Gesprächen, die Gruppenteilnehmer im informellen Teil miteinander führen und den Erfahrungen, die sie machen, wenn sie sich als kompetente Interaktionspartner anderen gegenüber erfahren.

Bei Gruppen, die über mehrere Tage dauern, wird jedenfalls darauf geachtet, daß die Teilnehmer sich mit ihren Fähigkeiten im Abendprogramm einbringen können. Zum Beispiel kann jemand mit seiner Gitarre andere zum Mitsingen einladen, wieder ein anderer zeigt Grundschritte des argentinischen Tangos oder jemand erklärt in der Turnhalle Grundregeln der Selbstverteidigung.
Die höchste Korrelation für den Therapieerfolg wurde so nicht für das Therapiebeziehungsverhalten des Therapeuten, sondern für das des Klienten gefunden (*Orlinsky & Howard* 1986; *Orlinsky et al*. 1994). Deshalb ist es Aufgabe des Therapeuten, dafür zu sorgen, daß der Klient sich in seinem Beziehungsverhalten als wertvoller und fähiger Beziehungspartner erlebt. Dies ist in einem wohlwollenden Gruppenklima, das sich an den oben genannten Regeln orientiert, ausgesprochen leicht möglich.

In diesem wohlwollenden Klima trauen Paare sich dann auch das, was sie Zuhause quält, im Rahmen der Gruppe zu präsentieren: *"Der gleiche Ärger wie zuhause",* zum anderen sind sie aber erstaunt über die Möglichkeit, ganz neue Erfahrungen miteinander machen zu können: *"So hätten wir zuhause nie über Sexualität gesprochen".* Im zweiten Teil der Aussage wird deutlich, daß die Gegenwart anderer die Lösung von Problemen erleichtert (*Allport* 1924). Der therapeutische Effekt von Gruppen wurde von Pratt in Boston (*Rosenbaum & Berger* 1963) beschrieben. Als dieser an seine therapeutischen Grenzen gekommen war, stellte er verwundert

fest, daß seine niedergeschlagenen Tuberkulose-Patienten sich selbst durch Diskussionen über ihre Probleme halfen.
So ist es ein wichtiges “Kapital” für den Paartherapeuten, die Fähigkeiten und Ressourcen der Klienten mit einzubeziehen. Es gilt, sie im Entdecken und Ausprobieren ihrer Fähigkeiten und Ressourcen zu unterstützen und zu fördern

Das Konzept, Probleme in der Gruppe selbst zu diagnostizieren und zu heilen, wurde historisch gesehen erstmalig von *Burrow* (1924) in einem Rahmen für Gruppentherapie entworfen. Er führte Störungen des Gefühlslebens auf ungelöste zwischenmenschliche Probleme zurück, die besser erkannt werden könnten, wenn der Patient in einem Kreis mehrerer Personen agiert, als in der traditionellen Zweier - Beziehung zwischen Arzt und Patient. So ist es möglich, daß in paartherapeutischen Gruppen, Klienten ihren Ärger im Miteinander den anderen vorspielen. Da zwischen Spiel und Ernstfall in dieser Situation kaum noch ein Unterschied besteht, ist es gut möglich, durch die Rückmeldungen der anderen Teilnehmer dem einzelnen Paar aus seiner Betriebsblindheit zu helfen.

Diese alte Erkenntnis der Diagnosemöglichkeiten in Gruppen ist deshalb bedeutsam, weil oftmals in einzeltherapeutischen Settings die Therapiebeziehung als das diagnostische Instrument zur Identifizierung unbewußter motivationaler Konflikte des Klienten verstanden wird. Dieses Instrument ist aber weder zuverlässig noch objektiv, es kann zu "Fehlanzeigen" oder "Nichtanzeigen" kommen. Alles in allem ist es ein sehr unsicheres Instrument zur Identifizierung von Konflikten (*Grawe* 1998). Wie im folgenden aufgezeigt wird, bestätigt die spätere Therapieforschung ausdrücklich das Behandlungskonzept von *Burrows*.

Die empirischen Befunde der Bindungsforschung (*Ainsworth et al*.1978, *Grossmann et al.* 1989) machen deutlich, daß eine Veränderung der zwischenmenschlichen Beziehungsgestaltung ein wichtiger Grund dafür ist, daß es Klienten nach einer Behandlung dauerhaft besser geht. Insofern muß neben der Behandlung der Störung auch dem Beziehungsverhalten der Klienten explizit und systematisch Raum gewidmet werden. Unter diesem Aspekt hat gerade eine längerfristige Gruppentherapie mit Paaren einen großen Stellenwert, wie dies empirisch nachgewiesen wurde (*Sanders* 1997). Hier besteht in reichlichem Maße die Möglichkeit, anderes Verhalten zwischen Frau und Mann bei anderen Paaren abzugucken, und aus diesem Abschauen auch - im Sinne eines Modellernens - für sich neue Verhaltensweisen auszuprobieren.

Hier setzen sich Klienten plötzlich neuen Erfahrungen aus, die sie bisher vermieden haben, weil sie befürchteten, diese könnten ihre Bedürfnisse verletzen. Das geschieht bewußt oder auch unbewußt, ähnlich wie diese Befürchtungen bewußt oder unbewußt sein können. Die neuen Wahrnehmungen lösen wieder positive emotionale Stimmungen im Miteinander des Paares aus, so daß positive Rückkoppelungsprozesse in Gang gesetzt werden.

Die Bedeutung der Gruppe ist noch unter einem anderen Gesichtspunkt wichtig. Es gibt Verhaltensweisen von Klienten, die unter einer "objektiven" Brille nicht korrekt sind, ja auch einen Therapeuten das Gruseln lehren können. (So weigerte sich eine Mutter während eines 14tägigen paartherapeutischen Seminars, abends der zweijährigen Tochter noch einen Gute-Nacht-Kuß zu geben, weil an diesem Abend ja der Ehemann mit dieser Aufgabe dran war.) Teilt hier der Therapeut seine Betroffenheit mit, kann sich das negativ auf die Therapiebeziehung auswirken, ja, es kann in einem paartherapeutischen Dreier - Setting (Paar und Therapeut) als Parteinahme mißverstanden werden und zum Abbruch der Therapiebeziehung führen.
Im gruppentherapeutischen Setting aber kommen korrektive Rückmeldungen von Seiten der anderen Teilnehmer und fallen - wenn die aufgezeigten Regeln für das Gelingen einer Gruppe eingehalten werden - i.d.R. auf fruchtbaren Boden. (So konnte in obigen Beispiel die betreffende Mutter die Rückmeldung einer anderen Frau gut annehmen und feststellen, daß sie die Auseinandersetzung mit ihrem Mann verwechselt hatte mit dem originären Bedürfnis ihrer Tochter.)

5) Formen paartherapeutischer Gruppentherapie

Die Gruppentherapie (*Sanders* 2000) wird entweder als Abendveranstaltung in vierzehntägigem Abstand in den Räumen der Beratungsstelle durchgeführt oder als Internatsveranstaltung in Kooperation mit Einrichtungen der Erwachsenenbildung über mehrere Wochenenden oder eine Woche verteilt. Maximal nehmen 8 Paare an einer Gruppe teil, manchmal auch Einzelpersonen, deren Partner eine Teilnahme ablehnt.

Durchgehende Elemente aller drei Formen sind:

- bewegungsorientierte Übungen (eine Art von Gymnastik, bezogen auf die jeweiligen inhaltlichen Themen),

- Einsatz kreativer Medien als Ausdrucksmittel,
- Übungen, die das partnerschaftliche Miteinanderumgehen fördern
- Reflexionen, die einladen, das Geschehen in der Gruppe mitzusteuern.

Soweit dies von Seiten der Bildungshäuser möglich ist, wird parallel zur Gruppentherapie eine Kinderbetreuung angeboten. Beobachtungen über einen Zeitraum von sieben Jahren belegen, daß die Anwesenheit der Kinder für die Gesamtinteraktion in der Familie einen ausgesprochen heilsamen Effekt hat (*Sanders* 1997).

Inhaltlich gibt es z.Z. drei aufeinander aufbauende Typen der paartherapeutischen Gruppen (Partnerschule):

5.1) Das Basisseminar: Anleitung zur Selbsthilfe (mit insgesamt 40 - 60 Stunden):

In dieser geht es insbesondere um die Themen:
- Was für ein Paar sind wir?
- Welche Schwächen, welche Stärken zeichnen uns aus?
- Welche Beziehungserfahrungen bringt jeder von beiden mit in die Partnerschaft?
- Welche Ideen hat jeder von einer Ehe, einem partnerschaftlichen Zusammenleben? Welche Ziele setzen wir uns als Paar?

5.2) Ein aufbauendes Seminar "Lebendigkeit, Sinnlichkeit und Sexualität " (an drei über einen Zeitraum von sechs Monaten verteilten Wochenenden)

Es gliedert sich in drei Sequenzen:
- Bei der ersten wird ein wohlwollender Blick auf den eigenen Körper als den Ausgangspunkt der Sexualität geübt.
- In der zweiten stehen das Gespräch über Sexualität und die Bedeutung von Träumen und Phantasien als Wegweiser lebendiger Sexualität im Mittelpunkt.
- Im letzten Abschnitt geht es um die Integration der gegengeschlechtlichen Anteile, basierend auf der Idee, daß in jedem Mann Weibliches und in jeder Frau Männliches lebt.

5.3) Intensivseminar "Paarkibbuz": Training von Autonomie und Zweisamkeit (vierzehn Tage):

Beim Paarkibbuz handelt es sich um ein paar- und familientherapeutisches Seminar, das aufgrund seiner Rahmenbedingungen intensive Erfahrungs- und Lernmöglichkeiten bietet.

- "Offizielle" therapeutische Arbeit wechselt mit der Möglichkeit, mit anderen Teilnehmern gemeinsam Zeit zu verbringen und zu gestalten, aber auch sich allein für sich selbst zurückzuziehen. Dienste am Gemeinschaftsleben wie z.B. Spülen und Getränkedienst, werden wechselseitig wahrgenommen. Jeder ist eingeladen, an den Abenden sich mit seinen Fähigkeiten und Künsten in die Gruppe einzubringen.
- Kinder können mitgebracht werden und werden während der therapeutischen Sitzungen von 2 erfahrenen Kinderbetreuern beschäftigt und beaufsichtigt. Dadurch hat der Paarkibbuz kein "Inseldasein", sondern einen ganz konkreten Bezug zur Alltagsrealität.

Inhaltlich gliedert sich der Paarkibbuz in 3 Phasen.

- In der ersten geht es darum, sich der eigenen Stärken und Ressourcen bewußt zu werden und diese dem Partner gegenüber zu präsentieren.
- Anschließend werden in einem verhaltenstherapeutischen Kommunikationstraining die Fähigkeiten der verbalen Begegnung geschult,
- Im dritten Schritt werden Perspektiven für Gemeinsamkeiten als Paar entwickelt.

6) Schlußbemerkung

Die Arbeit mit Paaren in Form der Gruppe macht unter Beachtung obiger Regeln nicht nur den Teilnehmern viel Freude, sondern auch den Therapeuten. Dadurch, daß die Teilnehmer spüren, daß nicht nur ihre Probleme interessant sind, sondern auch ihr Können, wird sehr schnell eine hoffnungsvolle Atmosphäre induziert, die eine ausgesprochen solide Grundlage für die notwendigen Klärungs- und Bewältigungsprozesse bietet.

Anlage

Handreichung: Gruppenregeln

- Menschen wissen am besten selbst, was für sie gut ist. Deshalb werden Sie in diesem Seminar an keiner Stelle gezwungen werden, etwas gegen Ihren eigenen Willen zu tun. Alle Interventionen sind Vorschläge und können von Ihnen angenommen werden oder nicht.
- Wenn Sie sich dafür entscheiden, eine Übung nicht mitzumachen, können Sie sich z.B. überlegen, wie es für Sie wäre, wenn Sie mitmachten oder was genau Sie daran hindert.
- Alle Übungen werden vorher genau angekündigt und beschrieben.
- In der Gruppe äußert sich jeder Teilnehmer nur insoweit, wie er es selbst möchte. Ja, es ist möglich, auch nur "zuschauend" an einer Gruppe teilzunehmen.
- Sie können nichts Falsches für sich selbst sagen, denken oder fühlen, selbst wenn der Partner manches ganz anders sagt, denkt, fühlt.
- Für alles, was Sie hier tun, etwa wenn Sie ein Bild malen, bekommen Sie keine Noten, wie in der Schule.
- Falls Ihnen danach ist, können Sie auch jederzeit das Gruppengeschehen verlassen, wenn Ihnen z.B.. mehr an einem Spaziergang liegt oder die augenblickliche Atmosphäre für Sie selbst aus den unterschiedlichsten Gründen unerträglich sein sollte.
- Die Arbeit in der Gruppe ist einzelfallorientiert. Das heißt, es geht immer um Ihre Beziehungskonflikte, derentwegen Sie die Beratung aufgesucht haben. Entstehen Konflikte der Gruppenteilnehmer untereinander, so werden diese auf ihre Relevanz für Ihr sonstige Alltagsleben bezogen: "Kennen Sie ähnliche Konflikte auch außerhalb dieser Gruppe? Wie erleben Sie diese? Wie gehen Sie damit um?"
- Keinesfalls werden Konflikte der Teilnehmer untereinander durch die Leitung provoziert oder intendiert.
- Der Erfolg des Seminars wird wesentlich davon mitbestimmt, daß Sie sich mit Ihren Fähigkeiten, ihren Lösungsvorschlägen, ihren Wünschen sowohl im offiziellen als auch im inoffiziellen Teil des Seminars einbringen.

Zusammenfassung

Entgegen den Aussagen der Psychotherapieforschung finden viele Beratungen von Partnerschaftsproblemen immer noch überwiegend in Einzelkontakten statt. Der Artikel zeigt auf, wie das Zusammenführen von Menschen mit ähnlichen Problemen im Rahmen von Gruppen strukturiert werden kann. Regeln für das Gestalten der Gruppenarbeit werden aufgeführt. Entscheidend ist dabei eine Einzelfallorientierung bei der Arbeit mit den Ratsuchenden.

Literatur

Ainsworth, M.D., Blehar, M.C., Water, E. & Wall,S. (1978). Patters of attachment: A psychological study of the strange situation. New York: Erlbaum.

Allport, F.H. (1924). Social Psychology, Boston.

Bednar , R.L. & Kaul, T. (1994). Experiental group research. In A.E. Bergin and Garfild (Eds.), Handbook of psychotherapy and behavior chance (4 th ed.; 631-663). New York: Wiley.

Burrow, T.L., (1924) The Group Method of Analysis, in: Psychoanalytik Review XIV, S. 268-280,.

Fiedler P. (1996). Verhaltenstherapie in und mit Gruppen, Weinheim: Psychologie Verlags Union.

Grawe K., Donati R. & Bernauer F. (1994). Psychotherapie im Wandel, Von der Konfession zur Profession, Göttingen: Hogrefe.

Grawe, K. (1995) Grundriß einer Allgemeinen Psychotherapie, in: Psychotherapeut, 40 Springer Verlag, 130-145.

Grawe,K. (1998). Psychologische Therapie. Göttingen: Hogrefe.

Grossmann, K.G., August, P., Fremmer-Bombik, E., Friedl,E., Grossmann, A., Scheuerer-Englisch, H., Spangler,G., Stfan, C.& Suess, G. (1989). Die Bindungstheorie. Modell und entwicklungspsychologische Forschung. In H. Keller (Hrsg.) Handbuch der Kleinkindforschung. Berlin: Springer.

Kanfer, F.H., Reinecker, H., Schmelzer, D. (1996). Selbstmanagement-Therapie, Berlin: Springer Verlag.

Liebermann M-A., Yalom,I.D., & Miles,M.B. (1973). Encounter groups: First facts. New York: Basic Books.

Orlinsky, D.E., Grawe, K., Parks, B.K. (1994). Process and outcome in psychotherapy, in: Bergin, A.E., Garfield, S.L. (eds), Handbook of psychotherapy and behavior change, 4th edn., pp270-376, New York: Wiley.

Orlinsky, D.E., Howard, K.J., Process and outcome in psychotherapy, in: Garfield, S.L., Bergin, A.E. (eds), Handbook of psychotherapie and behavior change, 3rd edn., pp311-384, Wiley, New York 1986.

Petzold, H. (1993). Integrative Therapie, Schriften zu Theorie, Methodik und Praxis, 3 Bände, Paderborn: Junfermann.

Rosenbaum, M.,& Berger M., (1963) (eds.), Group Psychotherapy and Group Funktion, New York.

Sanders R. (1997). Integrative Paartherapie - Eine Pädagogische Intervention zur Förderung der Beziehung zwischen Frau und Mann als Partner, Grundlagen - Praxeologie - Evaluation, Frankfurt a.M.: Peter Lang Verlag.

Sanders R. (1998). Zwei sind ihres Glückes Schmied, Ein Selbsthilfeprogramm für Paare, Paderborn: Junfermann.

Sanders R. (2000). Partnerschule....damit Beziehungen gelingen! Erprobte Wege in Eheberatung und Paartherapie. Grundlagen - Handlungsmodelle - Bausteine - Übungen. Paderborn: Junfermann (im Druck)

Rudolf Sanders, Dr. Phil**.,** Dipl. Pädagoge, Leiter der Kath. Ehe-, Familien- und Lebensberatungsstelle Hagen - Iserlohn - Menden, Lehr- und Forschungstätigkeit im Bereich Eheberatung und Paartherapie, Herausgeber der Fachzeitschrift *Beratung Aktuell*. Verheiratet, Vater von drei Kindern. **Alte Str. 24 e, D-58313 Herdecke, Internet: www.partnerschule.de**
E-Mail: Dr.Sanders@partnerschule.de