

## Koevulative Aspekte der Paartherapie

Jürg Willi

### Die Paartherapie:

- Wenig beliebte Tätigkeit, da Therapieergebnis oft Trennung oder Scheidung ist.
- Trennung von Paaren meist auch Trennung vom Therapeuten, mindestens einer der Partner ist bei Therapieende unglücklich oder sogar depressiv.  
→ nicht so bei Einzel- oder Familientherapie.
- Skepsis am Effekt der Paartherapie → Ist sie vielleicht nur ein gesellschaftliches Ritual, dessen Ausgang sowieso mit einer Trennung verbunden ist?
- Viele Partner ließen sich nach Paartherapie scheiden, berichten aber von einem positiven Einfluss auf die persönliche Entwicklung: Paartherapie → effiziente Einzeltherapie.

### Das koevulative Modell der Paartherapie:

- Aus der Verhaltensökologie: Organismus ist zum Überleben auf seine Umwelt angewiesen, die er aufgrund seiner genetisch begründeten Ausstattung (Potenzen) ausreichend nutzen kann. ( Ernährung, Schutz, etc.) Umweltangebot = Valenzen.
- Das Passen (die Fitness) zwischen Potenzen und Valenzen müssen ausreichend sein, viele Potenzen können sich aber aufgrund mangelnder Valenzen nicht verwirklichen.
- Bei menschlichem Individuum: Potenzen betreffen die Fähigkeit und die Motivation, die Umweltbedingungen zur Verwirklichung seiner Intentionen zu nutzen.
- Wichtig hierbei: Die Korrespondenz zwischen Potenzen und Valenzen muss ausreichend für die psychische Entfaltung sein.
- Der Mensch entwickelt sich im Gestalten seiner Umwelt zu seiner persönlichen Nische. Nische → Von Individuum selbst gestaltete Umwelt, dazu gehören Einrichtung von Behausung, Arbeitsumwelt, Familie, Kinder, eben alles, was Spuren seiner Einwirkung trägt.
- Bei einer Partnerbeziehung erfolgt dieser Vorgang auf Gegenseitigkeit → Potenzen des einen sind bei einer Interaktion gleichzeitig die Valenzen für den anderen.
- Partner fordern im Wechsel die Verwirklichung ihrer Potenzen heraus, strukturieren und unterstützen sich, können sich aber auch in ihrer Entwicklung behindern.
- Korrespondenz zweier Partner ist immer dann gefährdet, wenn ein Ziel erreicht wurde, wie zum Beispiel der Hausbau, die Beförderung oder das Großziehen der Kinder.

### Koevulative Aspekte der Liebesbeziehung:

- Prozess einer Liebesbeziehung durchläuft idealtypisch 4 Stadien:  
→ Sehnsucht  
→ Partnerwahl, verliebt sein  
→ Enttäuschung  
→ Schaffen einer dyadischen Welt.

### Krise des Paares als Blockierung einer anstehenden Entwicklung:

- Partner wollen die Korrespondenz der Entwicklungsbereitschaften aufrechterhalten, Beziehung nicht verlieren.

- Doch durch sich laufend veränderte Lebensumstände werden von den Partnern immer neue Entwicklungen abgefordert. (Heirat, Geburt oder Pensionierung). Dadurch drohen die anfänglichen Korrespondenzen verloren zu gehen.
- Aus Angst des Verlustes werden die einzelnen Entwicklungen der Partner aus Rücksicht auf den anderen vermieden → Diese Blockierungen der persönlichen Entwicklung führt oft zu einer Krise des Paares.

#### Fokalisierung auf die anstehende Entwicklung in der Beziehung:

- Ziel einer Therapie besteht im Freisetzen dieser blockierten Entwicklungen.
- Großer Wert liegt auf der Exploration von Beziehungsveränderungen in den Wochen und Monaten vor dem Auftreten der Krise.
- Koevolutive Fokus gliedert sich in fünf Schritte:  
→ **Beziehungskontext vor der Krise**

→ **Anstehender Entwicklungsschritt in der Beziehung.**

→ **Was steht dieser Entwicklung entgegen?**

→ **Was begünstigt diese Entwicklung?**

→ **Erste Schritte in Richtung der anstehenden Entwicklung der Beziehung?**

#### Konsequenzen für die therapeutische Technik:

- Paartherapie = intensivste Form der „Einzeltherapie“.
- Blockierte Entwicklungen in der Paarbeziehung sind immer auch ein Vermeiden einer notwendig gewordenen persönlichen Entwicklung.
- Individuelle Entwicklungen, welche in der Paartherapie erzielt werden, wirken sich allgemein auf die Beziehungsfähigkeit einer Person aus.
- Zu Beginn einer Therapie liegt der Fokus des Paares jedoch zunächst auf der Destruktivität ihrer Kommunikation → Zu Beginn einer Therapie können daher noch keine individualisierten Ziele vorgeschlagen werden.

#### Bearbeitung der Beziehungsgeschichte (zentraler Stellenwert in der koevolutiven Paartherapie)

→ Schwerpunkt der Partnerwahl:

- Was war die Ausgangssituation, als sie sich kennenlernten?
- Welche Frustrationen in Beziehungen waren unmittelbar vorangegangen, was hatten sie sich als Beziehung ersehnt?
- Was war der erste Eindruck beim Sichkennenlernen, welche persönlichen Entwicklungen schien das Zusammenleben mit dem Partner in Aussicht zu stellen, welche bisher vermissten Entfaltung schien nun möglich?
- Welche Aspekte einer Paarbeziehung waren mit Angst beladen und schienen mit diesem Partner nicht zum bedrängenden Thema zu werden?

→ Schwerpunkt auf dem Zeitraum unmittelbar vor dem Ausbruch einer Partnerkrise?

- Welche Umstände hatten die ursprünglich idealisierte Beziehung in ein anderes Licht gestellt?
- Was hatte sich im Beziehungsumfeld verändert?
- Welche Seiten des Partners zeigten sich nun von ihrer negativen Seite? Welche anstehenden Entwicklungen werden durch die Destruktivität der Paarbeziehung verhindert? Was könnte anders werden, wenn die Destruktivität wegfallen würde?