



Friederike von Tiedemann (Hrsg.)

Versöhnungsprozesse in der Paartherapie

Ein Handbuch für die Praxis

Mit DVD

REIHE FACHBUCH • Paartherapie

 Junfermann
Coaching fürs Leben

AGOSTINO MAZZIOTTA

**Wie Verzeihens- und
Versöhnungsprozesse in der
psychologischen (Paar-)Beratung
ausgelöst und begleitet werden können**

Buchvorstellung

Vorbemerkung der Redaktion

Der Bundesverband hat bei seiner Jahrestagung 2012 zum Thema „Vergeben und Verzeihen in Paarbeziehungen“ in der Mitgliederversammlung die „AG Empirie“ ins Leben gerufen. In Zusammenarbeit von Kolleginnen und Kollegen und Professoren verschiedener Universitäten wurden Daten zu diesem Thema erhoben, die im Jahr 2015 bei einem bundesweiten Studientag der interessierten Öffentlichkeit vorgestellt und inhaltlich interpretiert wurden. Um die Ergebnisse der Studien auch für die praktische Beratungsarbeit mit Paaren nutzbar zu machen, schloss sich die Bildung und intensive Weiterarbeit einer „AG Modulhandbuch“, unter der Federführung von Friederike von Tiedemann, an.

Dieses Handbuch für die Praxis der Paarberatung, herausgegeben von Friederike von Tiedemann, aus dem Junfermann-Verlag, liegt jetzt im Buchhandel vor.

Kränkungen und Verletzungen scheinen eine unausweichliche Realität in zwischenmenschlichen Beziehungen zu sein. Viele Menschen, die deswegen eine Beratungsstelle aufsuchen, berichten von massiven Beeinträchtigungen, die mit den erlebten (und/oder verursachten) Verletzungen einhergehen. So berichtet eine Referendarin von Schlafstörungen, Konzentrationsschwierigkeiten und Gefühlen der Unruhe, nachdem sie „tröpfchenweise“ von der mehrjährigen Außenbeziehungen ihres Freundes erfuhr; ein Ehemann von Gefühlen des Gekränktsseins, der Unzufriedenheit und der Abwendung von der Ehefrau, die aufgrund ihres anstrengenden Berufs im Alltag kaum noch auf seine partnerschaftlichen Bedürfnisse eingeht, oder ein junger Erwachsener von andauern den Streitigkeiten mit seiner Mutter, da seine kindlichen Bedürfnisse nach der Scheidung der Eltern in der Patchworkfamilie unzureichend berücksichtigt und befriedigt wurden.

Wie können Klientinnen und Klienten im Rahmen psychologischer Beratung unterstützt werden, mit solchen Verletzungen lebensförderlich umzugehen, der verletzenden Person (oder sich selbst) zu verzeihen und die zerbrochene Beziehung zu einer anderen Person wieder zu versöhnen? Erste umfangreiche Antworten auf diese herausfordernden Fragen

gibt das von der Psychologin, Psychologischen Psychotherapeutin und Leiterin des Hans-Jellouschek-Instituts Friederike von Tiedemann herausgegebene Werk „Versöhnungsprozesse in der Paartherapie: Ein Handbuch für die Praxis“. Namhafte Expertinnen und Experten der deutschsprachigen Beratungsszene stellen darin aus unterschiedlichen fachlichen (z. B. Psychologie und Theologie) und theoretischen (z. B. systemisch integrativ, transaktionsanalytisch) Perspektiven konkrete Interventionsansätze und empirische Daten aus dem deutschsprachigen Raum zur Verfügung, um Verzeihens- und Versöhnungsprozesse im Rahmen von Beratung auszulösen und zu unterstützen. Insbesondere der starke Praxisbezug und die detaillierte und anschauliche Darstellung der unterschiedlichen methodischen Herangehensweisen, illustriert durch die vielen Fallbeispiele und die didaktisch sehr gut aufbereiteten kurzen Videosequenzen aus fiktiven, jedoch sehr realistisch wirkenden Beratungssitzungen auf der beigefügten DVD, machen dieses Werk zu einer Inspirationsquelle und einen hilfreichen Methodenfundus für Beraterinnen und Berater unterschiedlicher therapeutischer Ausrichtungen. Dass therapeutisches Handeln Verzeihens- und Versöhnungsprozesse unterstützen kann, ist mittlerweile empirisch gesichert: Neuere meta-analytische Befunde, in denen die

Ergebnisse von über 50 Einzelstudien zusammengefasst wurden, zeigen, dass therapeutische Interventionen, in denen explizit Verzeihensprozesse thematisiert werden, im Vergleich zur üblichen therapeutischen Behandlung oder keiner Behandlung, nicht nur wirksamer sind, Verzeihen zu fördern, sondern auch Hoffnung aufzubauen sowie Angst- und Depressionssymptome zu reduzieren (Wade, Hoyt, Kidwell, & Worthington, 2014).

Das Handbuch besteht aus sieben Kapiteln.

Im **ersten Kapitel** „Was ist Versöhnung, was nicht? Ein Überblick“ führt die Religionspädagogin, Systemische Therapeutin und Ehe-, Familien- und Lebensberaterin Andrea Herzog kurz in die Thematik des Buches ein. Dabei versucht sie unterschiedliche miteinander verbundene Konzepte voneinander abzugrenzen (z. B. Vergebung, Verzeihen und sich-entschuldigen), unterscheidet zwischen unterschiedlichen Arten der Vergebung (z. B. stillschweigende Vergebung, scheinbare Vergebung, ambivalente Vergebung und echte Vergebung), klärt auf, was Vergebung nicht ist (z. B. Vergebung ist kein Bagatellisieren, Verharmlosen oder Kleinreden, Vergebung bedeutet nicht Akzeptanz und Toleranz, zu vergeben bedeutet nicht, zu verges-

sen), gibt einen kurSORischen und selektiven Überblick über Faktoren, die die Bereitschaft zum Verzeihen und Versöhnen erhöhen können (z. B. wenn der Verletzende Reue zeigt und um Entschuldigung bittet; wenn die Fähigkeit vorliegt, sich in den/die andere/n einzufühlen und dessen Perspektive einzunehmen; wenn eine konstruktive und klärende Kommunikation möglich ist) und skizziert die positiven Konsequenzen für die Gesundheit und das Wohlbefinden, die mit Verzeihen und Versöhnen einhergehen können.

Kritisch anzumerken ist, dass in unterschiedlichen Beiträgen der Eindruck entstehen könnte, dass die Bereitschaft zur Versöhnung eine rationale Entscheidung ist (z. B. S. 39: „Für Klienten ist der Prozess ein Willensakt, der eine Entscheidung braucht, weil deutlich ist, dass Vergebung gut und hilfreich ist, um Verletzungen loszulassen, und dass die Vorteile die Nachteile überwiegen“; S. 134: „Versöhnung ist eine Frage der Entscheidung und demnach eine Wahl! Es gibt etwas aktiv zu tun, jeder muss sich bewegen – zumindest ein wenig“). In Anbetracht der in den unterschiedlichen Studien gefundenen sozioemotionalen Barrieren auf dem Weg zur Versöhnung (z. B. Shnabel & Nadler, 2008), erscheinen solche Schlussfolgerungen etwas verkürzt.

Im **zweiten Kapitel** „Vertrauen aufbauen – Verständnis ermöglichen – Verzeihen einleiten: Das Filter-Katalysator-Modell der Gesprächsführung in der Paarberatung“ stellen die Psychologen, Psychologische Psychotherapeuten und Ehe-, Familien- und Lebensberater Dr. Joachim Engel und Dr. Franz Thurmaier Elemente aus dem von ihnen entwickelten KOMmunikationsKOMPetenZ (KOMKOM)-Training vor, die auf der Ebene der Paarkommunikation hilfreiche Vorbedingungen für das Einleiten und Begleiten von Versöhnungsprozessen schaffen können. Durch eine systematische Förderung der Kommunikationskompetenzen sollen die Klientinnen und Klienten sich in ihren Anliegen verstanden

fühlen, vor weiteren verletzenden Angriffen geschützt werden, einen besseren Zugang zu ihren eigenen Gedanken, Gefühlen und Wünschen (und die des/der Partners/in) gewinnen sowie die Fähigkeit verbessern, sich darüber in einer konstruktiven Weise auszutauschen. Dadurch sollen sie einen differenzierteren Blick auf die Problemlage gewinnen, Lösungsansätze entwickeln und letztlich wieder motiviert werden, in die Partnerschaft zu investieren. Dies kann unter anderem dadurch erfolgen, dass die Beraterin bzw. der Berater als „Filter“ destruktiver Kommunikationsmuster (z. B. Vorwürfe oder Verallgemeinerungen) fungiert und diese modellhaft unter Anwendung von Kommunikationsregeln konstruktiv in die Paarkommunikation wieder einbringt (z. B. vorhandene Ressourcen und Gefühle zu erkennen hilft, die sich häufig hinter Vorwürfen verstecken) oder als „Katalysator“, der den konstruktiven Dialog in der Paarbeziehung in Gang bringt und am Laufen hält. Die Autoren zeigen anhand konkreter Gesprächsausschnitte in nachvollziehbarer Weise auf, wie die Inhalte des KOMKOM-Trainings gut im Rahmen eines Einzelpaarsettings umgesetzt werden können. Abgerundet wird das Kapitel durch drei Gesprächsthemen und die dazugehörigen Reflexionsbögen, deren Klärung zum Prozess des Verzeihens und Versöhnens beitragen können: (a) Erleben von Verletzungen, (b) Lösungen und Erleichterungen und (c) Angenehmes und Entlastungen in der Beziehung.

Das **dritte Kapitel** „Wenn die Seele ruhig wird: Ein strukturiertes Vorgehen zur Anleitung von Versöhnungsprozessen in der Paartherapie“ stellt das Herzstück des Handbuchs dar. Die erfahrene Paartherapeutin Friederike von Tiedemann stellt ein in der Praxis bewährtes systemisch-integratives Vorgehen zur Vorbereitung und Durchführung von Versöhnungsarbeit innerhalb der Paartherapie vor. Die elf therapeutischen Bausteine werden zusätzlich zur ausführlichen Beschreibung im Buch auch in sechzehn Vi-

deosequenzen auf der beigelegten DVD anschaulich und praxisnah illustriert. Durch den gelungenen „Lehrfilm“, der orts- und zeitunabhängig immer wieder angeschaut werden kann, wird das beschriebene Vorgehen konkret, lebendig und nachvollziehbar. Das durch die Videosequenzen ermöglichte „Lernen am Modell“ erleichtert erheblich den Transfer auf die eigene Beratungspraxis. Von Tiedemanns Vorgehen ist entwicklungsorientiert und ressourcenorientiert. Das heißt unter anderem auch, dass „Krisen in einer Paarbeziehung als Chancen zur Entwicklung der Paarbeziehung und der einzelnen Partner“ (S. 68) betrachtet werden können und problematisches Verhalten und Streitigkeiten Lösungsversuche des Paares darstellen, mit der bestehenden unzufriedenen Situation umzugehen. Damit das Paar die notwendigen Entwicklungsschritte vollziehen kann ist eine bindungsorientierte Kontaktgestaltung zwischen Berater/Beraterin und Paar hilfreich, die dem Paar die notwendige emotionale Sicherheit und Orientierung bietet. Von Tiedemann sensibilisiert auch dafür, wie die Verwendung bestimmter sprachlicher Begrifflichkeiten unterschiedlich konnotiert sind und den Versöhnungsprozess eher erleichtern oder erschweren (z. B. „Verantwortung übernehmen“ vs. „Schuld“).

Die Bausteine des Therapiemanuals bauen sinnvoll aufeinander auf, was künftigen Beraterinnen und Beratern eine gute Struktur und Sicherheit in der Anwendung bietet. Es handelt sich dabei jedoch nicht um eine starre Vorgehensweise. In Abhängigkeit unterschiedlicher Faktoren wie beispielsweise die (konstruktiven) Kommunikationskompetenzen des Paares, das Vorhandensein von „Unerledigtem“ aus der Herkunftsfamilie, die Schwere der Verletzung oder die zeitliche Perspektive sind individuelle Anpassungen möglich und notwendig.

Wenn ein Paar sich in einer Krise befindet, dann kann diese auf unterschiedlichen Ebenen lokalisiert werden. Die Krise kann entweder mit einem dysfunktionalen Interaktionsstil (z. B. unbefriedigende

A. MAZZIOTTA: VERZEIHENS- UND VERSÖHNUNGSPROZESSE IN DER PSYCHOLOGISCHEN (PAAR-)BERATUNG

Kommunikations- und Interaktionserfahrungen), einer dysfunktionalen Lebensorganisation (z. B. Dysbalancen in den Polaritäten wie Geben-Nehmen, Nähe-Distanz oder Dominanz-Unterordnung), Unerledigtem aus der Paargeschichte oder Unerledigtem aus der Herkunfts-familie zusammenhängen. In der Regel findet erst auf der dritten Ebene Versöhnungsarbeit statt und die ersten beiden Ebenen können übersprungen werden, wenn das Paar eine konstruktive Kom-munikationsfertigkeit und eine zufriedenstelle Lebensorganisation mitbringt.

Die vorgestellten Methoden sind nicht ausschließlich auf intime Partnerschaften begrenzt, sondern können auch zur Förderung von Verzeihens- und Versöhnungsprozessen zwischen unterschiedlichen Familienmitgliedern, in Organisationen und im Rahmen von Einzelberatungen eingesetzt werden. Das didaktisch sehr gut aufbereitete Manual mit der beispielhaften Visualisierung wichtiger Modelle, der überblickartigen Zusammenfassung wichtiger methodischer Schritte und Tipps in Kästen, die Empfehlungen für die räumliche Gestaltung der Beratungssituation, die konkrete Beschreibung des Vorgehens und die Reflexion der beraterischen Haltung und der ansprechende Lehrfilm machen Lust, das Vorgehen in der eigenen Beratungs-praxis auszuprobieren und schenken Zuversicht, dass man einen solchen Verzeihens- und Versöhnungsprozess gut initiieren und begleiten kann.

Durch den therapeutischen Prozess können die folgenden für den Verzeihens- und Versöhnungsprozess hilfreichen Kompetenzen gefördert werden: „Einerseits das Wahrnehmen von emotionalen Verletzungen bei sich selbst, das Ansprechen dieser Verletzungen in angriffsfreier Form, und das Loslassen von erfahrenen Kränkungen. Andererseits das Anerkennen von verletzten Gefühlen des Gegenübers, die Fähigkeit zum Perspektivenwechsel, die Einfühlung in das Erleben des anderen, das Ausdrücken von Bedauern, die Übernahme von Verantwortung für die verletzende Wirkung

des Verhaltens und die Bereitschaft, etwas zur symbolischen Wiedergutmachung aktiv handelnd beizutragen, und schließlich das verletzende Verhalten zu beenden“ (S. 69).

Im Folgenden werden die 11 Bausteine kurz skizziert:

Im ersten Schritt *Rahmenvertrag vereinbaren* geht es um die Gewinnung des Paares für einen Parentwicklungs-prozess und die In-Aussichtstellung der Versöhnungsarbeit sowie die Schaffung der hierfür notwendigen Bedingungen, wie beispielsweise einen entwicklungs-förderlichen Schutzraum einzurichten, den vom Paar erlebten Druck zu redu-zieren, eine anstehende Entscheidung für einen gewisse Zeit auszusetzen und konkrete Themen für die bevorstehende Beratung zu vereinbaren. Um eine grö-Bere Verbindlichkeit herzustellen und das Paar ins Arbeiten zu bringen, soll es die besprochenen Vereinbarungen schriftlich festhalten und der Beraterin per Email zu-senden, was zu einem frühen Zeitpunkt bereits kooperatives Verhalten und das Wir-Gefühl fördert.

In den Schritten zwei bis fünf geht es um die *Beendigung dysfunktionaler Interaktionen, das Erleben von Selbst-wirksamkeit und die Förderung positiver Gegenseitigkeit*. Die in diesen Schritten beschriebenen Methoden gehören zum Standardrepertoire der Paarberatung und stellen eine notwendige Voraussetzung für die Verzeihens- und Versöhnungsarbeit dar. Schritt zwei fokussiert auf das *Etablieren eines Stopp-Signals innerhalb und außerhalb der Beratung*, womit Streitigkeiten und destruktive Interaktio-nen begrenzt und weitere Eskalationen vermieden werden sollen. Durch das systematische Erfragen der emotionalen Be-findlichkeiten des Paares bei dysfunktionalem Kommunikationsverhalten, was in der Regel beide Partner als unangenehm beschreiben, kann auf das vergleichbare emotionale Erleben hingewiesen werden, was zu Betroffenheit, einem ersten Gemeinschaftsgefühl und somit zur Veränderungsmotivation beitragen kann.

Schritt drei bezieht sich auf die „Übersetzung“ von *Vorwürfen in Wünsche und das Aushandeln unterschiedlicher Wünsche*. Dabei sollen zunächst die Wünsche identifiziert werden, die sich häufig hinter Vorwürfen verbergen, und so lange konkretisiert werden, bis sie sich auf der Verhaltensebene konkret beschreiben lassen. In Schritt vier soll die in der Re-gel *negative Projektion auf den Partner aufgelöst und empathisches Verständnis* gefördert werden. Dies soll durch die erlebensorientierte dialogische Stuhlarbeit erfolgen, in der die Klientinnen und Kli-enten sich versuchen in die Position des Gegenübers einzufühlen. In Schritt fünf geht es um die *Analyse wiederkehrender „heikler“ (Streit)Situationen*. Durch die Klärung, wie das Verhalten des einen eine Reaktion beim anderen (auf einer physiologischen, kognitiven, emotiona-len und motorischen Ebene) auslöst, die wiederum beim anderen eine Reaktion auslöst und sich zu einem eskalierenden Teufelskreis entwickeln kann, sollen ei-gene Anteile am Streitmuster erkannt werden und alternative Verhaltensweisen zum Unterbrechen bisheriger Muster ge-meinsam entwickelt werden. Die Erarbeitung des Teufelskreises am Flipchart bie-tet sich an, Visualisierungsvorschläge und hilfreiche Tipps zur Erarbeitung der Streit-dynamiken sind im Buch abgebildet.

Die Schritte sechs bis acht beziehen sich auf die *Paargeschichte*. Im sechsten Schritt soll das Paar durch das Erstellen individueller Paarkurven, in denen wichtige Ereignisse und Schwankungen in der Befindlichkeit von Beginn der Beziehung bis heute abgetragen werden, neue (erweiterte) Perspektiven auf die bisherige Paarbeziehung gewinnen, Res-sourcen der gemeinsamen Geschichte erkennen und wertschätzen, Bewältigtes würdigen, noch offen gebliebene Verlet-zungen aus der Vergangenheit sichtbar machen und anstehende Entwicklungs-herausforderungen benennen. Wie auch bei den anderen Methoden bieten die Ausführungen im Buch viele konkrete Hinweise, wie sie implementiert werden sollten, damit sie von den Klientinnen

und Klienten gut angenommen werden können und wie sie im Rahmen der Paarberatung ausgewertet werden können. Auch konkrete Handlungsempfehlungen bei möglich auftretenden Schwierigkeiten werden empfohlen. Im siebten Schritt, dem Bilanzritual, tritt das Paar in einen emotionsfokussierten Dialog darüber ein, „Was ich von dir bekommen habe und wofür ich dir danke“ und „Was ich dir nicht habe geben können (so wie du es gebraucht hättest) und es mir leid tut“. Dadurch sollen das Geleistete gewürdigt werden, Dankbarkeit erlebt werden und die eigenen Grenzen erkannt und anerkannt werden. Im achten Schritt sollen im Rahmen eines *Verletzungsrituals* Verletzungen aus der Paargeschichte losgelassen werden. Während die vorhergehenden Schritte die konkrete Arbeit mit vergangenen Verletzungen vorbereitet haben, entspricht dieser Schritt „dem Kernstück des Versöhnungsprozesses, der – wenn er gelingt – das Paar von Altlasten befreit und ihm einen Neubeginn ermöglicht“ (S. 133). Hierfür wird das Paar aufgefordert, ausgehend von der Frage „Was mich verletzt hat und immer noch wehtut?“ konkrete verletzende Situationen zu erinnern und diese auf einzelne Karteikarten zu notieren. Nachdem im Rahmen eines kurzen psychoedukativen Inputs erklärt wird, wie (häufig unabsichtlich) Verletzungen entstehen (und zukünftig verletzendes Verhalten vermeiden werden kann), folgt das Verletzungsritual. Das Paar sitzt sich gegenüber und die Karten mit den Verletzungen werden jeweils in eine Rangordnung gebracht: Die leichteste Verletzung liegt oben, die schwerste Verletzung unten. In ritualisierter Form werden dann abwechselnd die Karten bearbeitet: Zunächst spricht der Verletzte eine verletzende Situation konkret an, das Gegenüber hört zu und wiederholt die Verletzung mit eigenen Worten, was Verständnis und Anerkennung der Verletzung kommuniziert, drückt Bedauern über das Geschehene und die damit einhergehende verletzende Wirkung aus und bittet um Verzeihung. Der Verletzte gewährt dann

Verzeihung verbal und durch eine symbolische Handlung (z. B. Zerreißen der Karte). Dann folgt ein Wechsel der Rollen. Bei schweren Verletzungen kann das Verletzungsritual ergänzt werden, indem der Schaden behoben wird, sich vorgenommen wird, anders zu handeln oder durch symbolische Wiedergutmachung im Tun (z. B. der verletzten Personen einen Wunsch erfüllen).

Die Schritte neun bis elf beziehen sich auf *Verletzungen aus der Herkunftsfamilie*. Manchmal hängt ein gegenwärtiger Konflikt in der Paarbeziehung mit bestimmten biographischen Erfahrungen (in der Herkunftsfamilien) zusammen. „Im Paarsystem reinszeniert sich ein alter Konflikt, der von beiden nicht gut gesteuert oder verstanden werden kann. Die damit verbundene Ladung erschwert es, darauf souverän zu reagieren; bisherige Lösungsversuche und Bewältigungsversuche greifen dabei nur suboptimal. Alte Verletzungen werden aktualisiert, weitere kommen möglicherweise hinzu“ (S. 156). Deshalb kann es für den Verzeihens- und Versöhnungsprozess hilfreich sein, ein tieferes Verstehen dafür zu entwickeln, wie der Partner sich als Kind gefühlt hat, welche (dys)funktionalen Erlebens- und Verhaltensmuster entwickelt wurden und welche partnerschaftsbbezogenen Bedürfe sich daraus ergeben. Hierfür werden unterschiedliche Methoden vorgeschlagen. Beispielsweise in Schritt neun soll dies über die Erstellung eines Bildes mit dem Titel „So habe ich mich in der Kindheit gefühlt“, welches anschließend mit einer mitfühlenden und Hoffnung induzierenden Haltung gemeinsam betrachtet wird, erreicht werden. In Schritt zehn soll im Rahmen einer Timeline-Arbeit im Paarsetting ein partnerschaftliches Verständnis für die unterschiedlichen Rollen entwickelt werden, die jeder im Laufe seines Lebens eingenommen hat, wie sich die dazugehörigen Erlebens- und Verhaltensmuster sich auf die Paarbeziehung auswirken, diese gegebenenfalls unterbrochen werden können und das Handlungsrepertoire erweitert werden kann. Der elfte Schritt

Versöhnung mit (einzelnen Mitgliedern) der Herkunftsfamilie gehört zu den intensivsten Interventionsschritten des vorgeschlagenen Vorgehens. Durch die Auslöschung mit der Herkunftsfamilie sollen alte Verletzungen nicht mehr auf den Partner übertragen werden, eine Unterscheidung zwischen Hier und Jetzt und Dort und Damals soll ermöglicht werden. Es wird aufgezeigt, wie dies durch eine umfangreiche Einzelarbeit mit dem leeren Stuhl erfolgen kann.

Im letzten Teil des Kapitels wird kurz auf den Wiederaufbau von Vertrauen nach Verletzungen eingegangen, was im Rahmen von Verzeihens- und Versöhnungsprozessen eine essentielle Rolle spielt. Verletzungen können das gegenseitige Vertrauen bedrohen oder gar brechen. Bei geringem Vertrauen können auch wohlgesonnene Handlungen des Gegenübers als negativ ausgelegt werden. Abschließend wird auf weitere Anwendungskontexte (z. B. Verletzungen aus früheren Partnerschaften, Versöhnung mit sich selbst), Grenzen der Versöhnung und der vorgestellten Verzeihens- und Versöhnungsarbeit und Wege, Verletzungen vorzubeugen, eingegangen.

Im **vierten Kapitel** „Wenn der Versöhnungsprozess stagniert: Zum Umgang mit blockierenden, aus der Kindheit stammenden Erlebens- und Verhaltensmustern“ gibt der Psychologe, Theologe, Psychologische Psychotherapeut und Ehe-, Familien-, und Lebensberater Norbert Wilbertz aus einer transaktionsanalytischen Perspektive konkrete Hinweise, wie mit den folgenden herausfordernden Situationen im Verzeihens- und Versöhnungsprozess umgegangen werden kann: wenn die Art, Gefühle zu erleben den Versöhnungsprozess blockiert, wenn die Bestrafung wichtiger erscheint als die Versöhnung, wenn die Verzeihung zu schnell und nur vordergründig erfolgt, wenn das Ausmaß der Verletzungen nicht anerkannt und die Reue des Partners nicht spürbar ist und wenn Zweifel an der Änderungsmöglichkeit des Part-

A. MAZZIOTTA: VERZEIHENS- UND VERSÖHNUNGSPROZESSE IN DER PSYCHOLOGISCHEN (PAAR-)BERATUNG

ners die Versöhnung scheitern lassen.

Im **fünften Kapitel** „Versöhnung als Thema christlicher Erfahrung und theologischer Reflektion“ beleuchtet der Theologe Prof. Dr. Peter Kohlgraf, Bischof des Bistums Mainz, die religiöse Dimension der Versöhnung. Da „christlich geprägte und Glauben praktizierende Klientinnen und Klienten eventuell ihre religiösen Prägungen“ in die Beratung einbringen und „die Erfahrung einer zugefügten Verletzung oder auch die Tatsache, selbst jemanden verletzt zu haben, eine Herausforderung für den Glauben an Gott sein könnte“ (S. 241), ist diese breitere Einbettung des Themas von unmittelbarer Relevanz für psychologische Beratungsstellungen in kirchlicher Trägerschaft. Religiöse Überzeugungen und Praxis können sich sowohl förderlich als auch hinderlich auf den Verzeihens- und Versöhnungsprozess auswirken.

Im **sechsten Kapitel** „Empirische Ergebnisse zu Bewältigungsstrategien von Paaren nach Verletzungen“ und im **siebten Kapitel** „Versöhnung als Beziehungskompetenz: Überlegungen für zukünftige Perspektiven“ präsentieren der Psychologe und Ehe-, Familien-, und Lebensberater Dr. Notker Klann und der Psychologe, Theologe, Psychologischer Psychotherapeut Erhard Scholl ausgewählte empirische Daten aus einem spezifischen sozialwissenschaftlichen Forschungsprojekt zum Thema Vergeben und Verzeihen. Dabei wurden unter anderem die häufigsten Arten von Verletzungen und Kränkungen in Paarbeziehungen identifiziert (alltägliche Verhaltensweisen 28%, Rückzug – fehlende Kommunikation 22%, unterschiedliche Denkweisen 19%, Untreue 14%, Verhalten gegenüber anderen Personen 10%, Rollenverhalten innerhalb der Familie 9%, verbale und körperliche Auffälligkeiten 6%, Krankheit und Sucht 2%). Es wurde erfasst, welche Strategien im Rahmen des Verzeihungsprozesses zum Einsatz kommen (z. B. Gespräch, sich in den anderen hineinversetzen/Verständnis, Zeit,

Einsicht) und untersucht, inwieweit diese Strategien sich eher konstruktiv oder destruktiv auswirken. Die Abfrage solcher Informationen kann für die Gestaltung des Beratungsprozesses genutzt werden, um beispielsweise die Komplexität der Verletzungen oder die vorhandenen Ressourcen zu erfassen, wofür ein Leitfaden zum Erstgespräch zur Verfügung gestellt wurde. Abschließend ermutigen Scholl und Klann, die im Handbuch präsentierten beraterischen Vorgehensweisen und die aus den empirischen Studien gewonnenen Erkenntnisse in der Praxis systematisch zu überprüfen und Verzeihen und Versöhnen als Beziehungskompetenz stärker in das gesellschaftliche Bewusstsein zu bringen.

In der Hoffnung, dass möglichst viele Beraterinnen und Berater für ihre konkrete Arbeit mit Klientinnen und Klienten aus dem Reichtum des Handbuchs in der Paartherapie Versöhnungsprozesse schöpfen und Scholl und Klanns Einladung Nachklang findet, ist das Werk uneingeschränkt empfehlenswert. <

Referenzen

- Shnabel, N., & Nadler, A. (2008). A needs-based model of reconciliation: Satisfying the differential emotional needs of victim and perpetrator as a key to promoting reconciliation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94, 116-132.
- Wade, N. G., Hoyt, W. T., Kidwell, J. E., & Worthington Jr, E. L. (2014). Efficacy of psychotherapeutic interventions to promote forgiveness: A meta-analysis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 82, 154-170.



Dr. Agostino Mazziotta, Dipl.-Psych., Master of Counseling Ehe-, Familien- und Lebensberatung (i. A.), Ehe-, Familien-, und Lebensberater in der Psychologischen Beratungsstelle Tübingen. Seine Forschung bezieht sich auf den Austausch zwischen Wissenschaft und Praxis im Kontext von Trainings und psychologischer Beratung, Intergruppenkontakt und psychologische Determinanten von Versöhnung nach Intergruppenkonflikten, wofür er für seine Feldforschung in Liberia mit dem Nachwuchspreis der Deutschen Gesellschaft für Psychologie ausgezeichnet wurde.
Kontakt: Email: Agostino.Mazziotta@gmail.com

**A. MAZZIOTTA: VERZEIHENS- UND VERSÖHNUNGSPROZESSE
IN DER PSYCHOLOGISCHEN (PAAR-)BERATUNG**