

Gisela Hötter-Ponath

# Trennung und Scheidung – Prozessbegleitende Interventionen in Beratung und Therapie

Klett-Cotta

Klett-Cotta

[www.klett-cotta.de](http://www.klett-cotta.de)

© J. G. Cotta'sche Buchhandlung Nachfolger GmbH, gegr. 1659,  
Stuttgart 2009

Alle Rechte vorbehalten

Fotomechanische Wiedergabe

nur mit Genehmigung des Verlages

Printed in Germany

Umschlag: Hemm & Mader, Stuttgart

Titelbild: Gustave de Smet: Das blaue Kanapee

© VG Bild-Kunst, Bonn 2009

Satz: Kösel, Krugzell

Auf holz- und säurefreiem Werkdruckpapier gedruckt und gebunden  
von Kösel, Krugzell

ISBN 978-3-608-89086-0

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der  
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im  
Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

# Inhalt

|   |    |
|---|----|
| <b>Vorwort</b> .....  | 9  |
| <b>1. Einführung</b> .....  | 11 |
| 1.1 Scheidung – eine gesellschaftliche Realität .....                           | 16 |
| 1.2 Entwicklungstendenzen innerhalb<br>der Scheidungsforschung .....            | 19 |
| <b>2. Ausgewählte Ergebnisse<br/>der Scheidungsforschung</b> .....              | 21 |
| 2.1 Scheidungsrisiken .....   | 21 |
| 2.1.1 Soziologische Faktoren .....  | 22 |
| 2.1.2 Psychologische Faktoren .....   | 26 |
| 2.2 Scheidungsfolgen und Bewältigungsanforderungen<br>für die Erwachsenen ..... | 29 |
| 2.3 Scheidungsfolgen und Bewältigungsanforderungen<br>für die Kinder .....      | 38 |
| 2.3.1 Bisherige Entwicklungserfahrungen des Kindes ....                         | 40 |
| 2.3.2 Alter und Geschlecht .....  | 42 |
| 2.3.3 Persönlichkeitsfaktoren .....   | 47 |
| 2.3.4 Zeitlicher Verlauf .....  | 48 |
| 2.3.5 Familienklima und Erziehungskompetenz<br>der Eltern .....                 | 49 |
| 2.3.6 Geschwisterbeziehungen .....  | 52 |
| 2.3.7 Sozioökonomische Rahmenbedingungen .....                                  | 52 |
| <b>3. Schutzfaktoren für die Kinder</b> .....                                   | 54 |
| 3.1 Beziehungsgestaltung .....  | 54 |
| 3.2 Bindungsqualität .....  | 55 |
| 3.3 Triangulierung und Bedeutung des Vaters .....                               | 57 |

|           |   |           |
|-----------|---|-----------|
| 3.4       | Widerstandsfähigkeit des Kindes .....   | 58        |
| 3.5       | Sozioökonomische Ressourcen .....   | 59        |
| <b>4.</b> | <b>Formen und Intentionen der Trennungs-<br/>und Scheidungsberatung .....</b> | <b>60</b> |
| 4.1       | Zielvorstellungen .....   | 60        |
| 4.2       | Abgrenzung zur Beratung hochstrittiger Trennungspaare ..                      | 62        |
| 4.3       | Kompetenz und Motivation<br>des Beraters oder Therapeuten .....               | 63        |
| 4.3.1     | Voraussetzungen .....   | 63        |
| 4.3.2     | Fragen zur Selbstreflexion .....  | 68        |
| 4.4       | Vielfalt im Setting .....   | 70        |
| 4.4.1     | Einzelsetting .....   | 72        |
| 4.4.2     | Paarsetting .....   | 72        |
| 4.4.3     | Familiensetting .....   | 73        |
| 4.4.4     | Gruppensetting .....  | 76        |
| <b>5.</b> | <b>Trennung und Scheidung als Prozess .....</b>                               | <b>77</b> |
| <b>6.</b> | <b>Vorscheidungsphase:<br/>von der Ambivalenz zur Trennung .....</b>          | <b>79</b> |
| 6.1       | Psychische Dynamik der betroffenen Erwachsenen .....                          | 80        |
| 6.2       | Beziehungsdynamik des Paares .....  | 84        |
| 6.3       | Familiendynamik und Erleben der Kinder .....                                  | 89        |
| <b>7.</b> | <b>Konsequenzen für die Beratung .....</b>                                    | <b>92</b> |
| 7.1       | Paarberatung .....  | 92        |
| 7.2       | Einzelberatung .....  | 96        |
| 7.3       | Interventionen .....  | 98        |
| 7.4       | Familienberatung .....  | 113       |
| 7.5       | Interventionen .....  | 118       |

|            |   |     |
|------------|---|-----|
| <b>8.</b>  | <b>Scheidungsphase –<br/>von der Trennung zur Scheidung</b> ..... | 122 |
| 8.1        | Psychische Dynamik der Erwachsenen .....                          | 126 |
| 8.1.1      | Trennungsschmerz .....  | 126 |
| 8.1.2      | Trauer .....  | 127 |
| 8.1.3      | Schuld und Schuldgefühle .....                                    | 128 |
| 8.1.4      | Der Trennungsaktive (>Verlassende<) .....                         | 130 |
| 8.1.5      | Der Trennungspassive (>Verlassene<) .....                         | 133 |
| 8.2        | Beziehungsdynamik .....   | 138 |
| 8.3        | Familiendynamik und das Erleben der Kinder .....                  | 140 |
| 8.3.1      | Trauer .....  | 142 |
| 8.3.2      | Schuldgefühle .....   | 143 |
| 8.3.3      | Loyalitätskonflikte .....   | 144 |
| 8.3.4      | Zusammenfassung .....   | 146 |
| <b>9.</b>  | <b>Konsequenzen für die Beratung</b> .....                        | 148 |
| 9.1        | Einzelberatung .....  | 151 |
| 9.1.1      | Verleugnungen achtsam begegnen .....                              | 152 |
| 9.1.2      | >Aufbrechende Emotionen< begleiten .....                          | 154 |
| 9.1.3      | Depressive Entwicklungen beachten .....                           | 156 |
| 9.1.4      | Trauerarbeit fördern .....  | 157 |
| 9.1.5      | Ressourcen aktivieren .....                                       | 158 |
| 9.1.6      | Selbstwert stärken .....  | 159 |
| 9.1.7      | Beziehungskonstanz anbieten .....                                 | 161 |
| 9.2        | Interventionen .....  | 161 |
| 9.3        | Paarberatung .....  | 180 |
| 9.4        | Eltern- und Familienberatung .....                                | 182 |
| 9.4.1      | Elternsitzungen .....   | 184 |
| 9.4.2      | Familiensitzungen .....   | 195 |
| 9.5        | Interventionen .....  | 203 |
| <b>10.</b> | <b>Arbeit im Gruppensetting</b> .....                             | 227 |
| 10.1       | Gruppenphasen .....   | 227 |
| 10.2       | Trennungs- und Scheidungsgruppe .....                             | 231 |

|            |   |            |
|------------|---|------------|
| 10.2.1     | Einführende Bemerkungen .....   | 231        |
| 10.2.2     | Rahmenbedingungen für die Trennungs-<br>und Scheidungsgruppe .....                      | 232        |
| 10.3       | Interventionen .....  | 234        |
| <b>11.</b> | <b>Nachscheidungsphase – von der Scheidung zur<br/>neuen Lebensform .....</b>           | <b>261</b> |
| 11.1       | Psychische Bewältigung des Abschieds und Anpassung<br>an die neue Lebenssituation ..... | 263        |
| 11.1.1     | Für die Erwachsenen .....   | 263        |
| 11.1.2     | Für die getrennte Familie .....   | 267        |
| 11.2       | Konsequenzen für die Beratung .....   | 270        |
| 11.3       | Übergangsgestaltung und Rituale .....   | 273        |
| 11.4       | Intervention .....  | 278        |
| <b>12.</b> | <b>Nachwort .....</b>   | <b>283</b> |
|            | <b>Anhänge .....</b>  | <b>285</b> |
| (A)        | Anhang 1 .....  | 285        |
| (A)        | Anhang 2 .....  | 286        |
| (A)        | Anhang 3 .....  | 287        |
| (A)        | Anhang 4 .....  | 289        |
| (A)        | Anhang 5 .....  | 291        |
|            | <b>Dank .....</b>   | <b>293</b> |
|            | <b>Literatur .....</b>  | <b>294</b> |