

DIE WUNDERÜBUNG

Komödie von Daniel Glattauer

THERAPEUTISCHER ROLLENTAUSCH

Notiz zum Stück

Zur ersten Beratung kommen sie mit den üblichen Konflikten und Vorbehalten. So unzufrieden Joana und Valentin Dorek mit dem Zustand ihrer Ehe auch sind, so zögerlich sind sie, sich auf therapeutische Hilfe einzulassen. Für den erfahrenen Psychologen eigentlich ein Fall wie unzählige andere. Doch das Gespräch verläuft holprig. Der Therapeut ist überrascht von der „außergewöhnlich lebendigen Streitkultur auf hohem Niveau“, die das Paar von Beginn an zeigt. Offenkundig haben sich die Unstimmigkeiten, die häusliche Arbeitsteilung, die Erziehung der Kinder und das emotionale Miteinander betreffend, über die Jahre so verfestigt, dass sie nur noch als Stereotypen reproduzierbar sind, an denen sich dann fast reflexhaft die Wut entzündet. Der Berater versucht, die aufgeheizt-feindliche Grundstimmung zwischen Joana und Valentin mit Paarübungen und Rollenspielen zu durchbrechen und Momente innerer Begegnung zu schaffen. Doch zumindest in ihrer Destruktivität erweisen sich die Doreks als echte Einheit. Mit der Entscheidung, das Besprechungszimmer gemeinsam zu betreten, hat sich ihr Fokus verschoben: Harald, der Therapeut, wird zur eigentlichen Zielscheibe der Avancen und Aggressionen. Nach einiger Zeit begreift er, dass den dargelegten Trennungsgründen ein beachtlicher Beharrungswunsch gegenübersteht. Die Ambivalenz lässt seine auf Ausgleich, Offenheit und Nähe zielenden Methoden ins Leere laufen. Also stellt er das Paar mit einem therapeutischen Kniff vor eine überraschende Herausforderung. Joana und Valentin nehmen sich beherzt der Sache an – und finden damit einen Schlüssel für ihre Zukunft.

Matthias Schubert

ZWEI DRITTEL ERLEBEN EINE VERBESSERUNG

Ein Gespräch mit der Psychologin Astrid Riehl-Emde

SZ-Wissen Was ist das Ziel einer Paartherapie?

Riehl-Emde Ganz allgemein geht es um die Verbesserung der Paarbeziehung. Im Einzelfall hängt das Ziel natürlich davon ab, was ein Paar will. Manche kommen mit konkreten Problemen wie den Folgen eines Seitensprungs, andere beklagen „Kommunikationsprobleme“, die sehr vieles bedeuten können, bis hin zu verkappten Trennungswünschen. Wichtig ist, ob man ein gemeinsames Anliegen erarbeiten kann. Manchmal geht es auch darum, eine Trennung zu ermöglichen.

SZ-Wissen Wie lässt sich da Erfolg messen?

Riehl-Emde Das übliche Kriterium in der Effektivitäts- und Ergebnisforschung bezieht sich auf die Verbesserung der Beziehung, sodass beide Partner sich wohler fühlen, ohne den mitbetroffenen Kindern zu schaden. Oft wirken sich Paarprobleme ja auf das psychische und körperliche Befinden aus. Auch eine konstruktive Trennung kann hilfreich sein und wird in der modernen Ergebnisforschung entsprechend bewertet. Vereinfacht gesagt, sind etwa zwei Drittel der Paartherapien erfolgreich, das heißt etwa 66 von 100 Paaren erleben irgendeine Verbesserung.

SZ-Wissen Wie steht es um die wissenschaftliche Anerkennung von Paartherapie?

Riehl-Emde Bisher ist die Paartherapie keine offizielle Krankenkassenleistung. Gleichwohl kommt in der Paartherapie das Know-how aus mehreren Schulen zusammen, von denen zwei wissenschaftlich anerkannt und seit Langem Kassenleistungen sind: die Psychodynamische Therapie und die Verhaltenstherapie. In diesen Schulrichtungen ist das paartherapeutische Setting zwar anerkannt. Es wird aber nicht von den Kassen bezahlt, weil es bei Paaren meist um Lebensprobleme und nicht um Krankheiten geht. Viel Know-how kommt auch aus der Systemischen Therapie. (...) Wichtig für Paare, die Hilfe suchen, ist, dass sie einen spezifisch weiterqualifizierten Psychotherapeuten finden und niemanden, der sich einfach nur Therapeut nennt. Diese Bezeichnung ist ja nicht geschützt.

SZ-Wissen Entwickelt sich die Paartherapie eigentlich mit dem historischen Wandel der Paarprobleme – ist sie auch deshalb schwer zu untersuchen?

Riehl-Emde Bis etwas empirisch evaluiert ist, geht immer Zeit ins Land. Zum Beispiel beziehen sich die meisten Studien auf Paare bis zum 40. Lebensjahr, und es gibt kaum Studien zur Therapie älterer Paare über 60, die heute immer mehr unsere Hilfe suchen. Solange nur wenige empirische Studien vorliegen, können wir aufgrund der klinischen Erfahrung sagen: Paartherapie hilft auch älteren Paaren.

SZ-Wissen Was sind die spezifischen Probleme der neuen Alten?

Riehl-Emde Paare in langjährigen Ehen von 30 oder 40 Jahren leiden oft unter eingefahrenen Beziehungsmustern wie chronischen Streitigkeiten. In der Regel ist aber die Loyalität der Älteren groß: „Wir haben so viel gemeinsam durchlebt und gelitten, eigentlich kann ich meinen Partner jetzt nicht allein lassen.“ Jüngere Paare oder Paare aus kurz dauernden Beziehungen trennen sich schneller.

Prof. Astrid Riehl-Emde leitet die „Spezialambulanz für ältere Paare“ am Institut für Medizinische Psychologie der Universität Heidelberg

„Würdest du die Güte haben, mich *selbst* entscheiden zu lassen, ob ich etwas dazu sagen will oder nicht?“



WENN DIE EHE KRISELT

Was kann man tun, um die Beziehung zu retten?

Die Beziehung hatte voller Hoffnung auf eine gute gemeinsame Zeit begonnen. Doch aus der Freude aneinander sind Desinteresse und Ablehnung geworden. Längst redet das Paar nur noch über Belanglosigkeiten – doch selbst die beinhalten überraschend Zündstoff. So geht man sich aus dem Weg, auch im Bett.

Oft merkt ein Paar nicht, dass sich eine Krise wie ein Geschwür im gemeinsamen Leben eingeknistert hat. Doch mit der Krise wachsen das Gefühl der Einsamkeit und die Wut auf den Partner bei fast allem, was er tut und nicht tut. „Nachlassende Wertschätzung des Partners, Sticheleien und sarkastische Bemerkungen sind typische Alarmzeichen für einen schlechten Zustand der Beziehung“, sagt der Stuttgarter Diplom-Psychologe und Paartherapeut Oliviero Lombardi. „In der Regel werden Kränkungen allerdings erst mal hingenommen. Man will sich ja nicht vorwerfen lassen, alles auf die Goldwaage zu legen.“

Doch auf diese Weise lässt sich die Krise nicht verhindern. „Stattdessen nehmen die – meist gegenseitigen – Abwertungen zu. Und so ist es kein Wunder, dass die Attraktivität des Partners in den Augen des jeweils anderen nachlässt“, sagt Oliviero Lombardi. Denn was nicht wertgeschätzt wird, verliert an Wert. Anders ausgedrückt: Wer eher negative als positive Rückmeldung bekommt, beginnt, sich selbst als unattraktiv wahrzunehmen, und verliert tatsächlich an Ausstrahlung. Dass die Krise längst da ist, merken die Partner oft erst, wenn für mindestens einen der beiden die Schmerzen unerträglich werden. Nach einem großen Gefühlsausbruch stehen dann zwei Menschen erschüttert vor dem, was mal schön war und jetzt kaum noch tragfähig erscheint. Denn die Partnerschaft hat tiefe Risse bekommen. Jetzt steht das vertraute Leben auf dem Spiel. „Folgt die Trennung? Oder gelingt es, uns wieder zusammenzuraufen?“

Welche Paare haben die besten Prognosen? „Diejenigen, die in einer frühen Phase der Auseinandersetzungen kommen! Zu diesem Zeitpunkt überwuchern die Negativspiralen und gegenseitigen Verletzungen noch nicht die ganze Beziehung“, weiß der Zürcher Paartherapeut Raimondo Lettieri, Fachpsychologe für Psychotherapie und Kinder- und Jugendpsychologie.

Die Fehler, die zur Krise führen, sind fast immer gleich. Wenn eine Beziehung scheitert, hat immer die gemeinsame „Quality-Time“ gefehlt. Mit „Quality-Time“ sei nicht die Zeit gemeint, in der das Paar in Jogginghosen auf dem Sofa mit Chips abhängt, so Oliviero Lombardi. Quality-Time „ist gemeinsam verbrachte Zeit, in der sich die Partner als interessant erleben“. Sie bringe Paare in den Flow – einen glücklichen Zustand, in dem gemeinsam verbrachte Zeit wie im Flug vergeht.

Die meisten Paare in der Krise haben sich zwar um die Kinder und um die Karriere, aber nicht um sich gekümmert. Sie haben zugelassen, dass Routine und Verpflichtungen die anfängliche Euphorie, Romantik und Erotik abgelöst haben. „Es klingt banal, doch Stress ist ein wesentlicher Grund für Partnerschaftskonflikte und Trennungen“, so die Stuttgarter Paartherapeutin Brigitte Höfer. Wer kaum Zeit zum Luftholen hat, kann dem anderen nicht zeigen, was er einem wert ist. Doch ohne Pflege geht eine Beziehung in der Regel zwangsläufig in die Brüche – was so profan klingt, ist in Wahrheit elementar. (...)

In der Krise befindet sich das Paar im Teufelskreis. Die Partner kämpfen gegeneinander, nicht füreinander. Paartherapie kann besonders schnell die negative Dynamik durchbrechen. (...) Mehr Wertschätzung und Quality-Time allein reichen nicht aus, um gemeinsam wieder Hand in Hand durchs Leben zu gehen. Denn noch schmerzen die Verletzungen aus der Vergangenheit, vor allem dann, wenn der Partner fremdgegangen ist. In der Paartherapie wird deshalb gefragt: „Was brauchen Sie, um neues Vertrauen zu entwickeln? Um verzeihen zu können?“ Antworten fallen unterschiedlich aus. Eine Antwort kann zum Beispiel so lauten: „Ich brauche eine ernsthafte und aus tiefem Herzen kommende Entschuldigung.“

Sigrid Schulze

Impressum

Celler Schlosstheater e.V. | Spielzeit 2022/2023 | Intendant: Andreas Döring | Geschäftsführung: Katharina Lohmann (bis 30.09.2022), Claus Becker | Redaktion: Matthias Schubert | Gestaltung: Christian Stych

Nachweise

THERAPEUTISCHER ROLLENTAUSCH Originalbeitrag
ZWEI DRITTEL ERLEBEN EINE VERBESSERUNG, ein Gespräch mit der Psychologin Astrid Riehl-Emde, SZ-Wissen 5/2010.
WENN DIE EHE KRISELT von Sigrid Schulze, Stuttgarter Zeitung, 28. August 2020.

BESETZUNG

Joana Viola Heeß
Valentin Thomas Wenzel
Berater Dirk Böther

Regie Marlène Jeffré
Bühne und Kostüme Birgit Bott
Dramaturgie Andreas Döring,
Matthias Schubert
Regieassistent und Abendspielleitung Leon Nungesser

Premiere am 17.09.2022 in HALLE 19

Spieldauer ca. 2 Stunden; eine Pause

Aufführungsrechte Thomas Sessler Verlag GmbH, Wien

Bild- und Tonaufnahmen während der Vorstellung sind nicht gestattet.

Technischer Leiter Oliver Neumeyer **Stellv. Technischer Leiter** Achim Groffot **Leiter der Werkstätten** Sven Laudin **Bühneninspektor** Roberto Langenhan **Ausstattungsassistentin** Carina Laskowski **Bühnentechnik** Lukas Barlian, Markus Dräger, Robert Hausmann, Ortwin Maahs, Danny Schaub, Richard-Till Voigt **Beleuchtung** Marcel Sonnemann, Jan Feldmann, Götz Schoof, Kai Peter, Ulrich Hentschel **Ton** Moritz Bastam (Leitung), Timo Müller **Requisite** René Hohnsbein (Leitung), Olaf Ulherr, Mareike Wilken **Maske** Carmen Bente (Leitung), Anna Bokareva, Janice Grote, Maruschka Steins **Leiterin der Kostümabteilung** Iris Wuthnow **Schneiderei** Anette Buhr, Barbara Frantz, Anke Jacobs, Ilse-Kathrin Ohlhof, Vivien Wojahn, Peter Finzelberg, Mia-Luisa Zühlke; Lena Röhlig (Jahrespraktikantin) **Ankleiderinnen** Christa Brand, Nicole Käser, Lydia Knäusel, Aljona Mielke, Louise-Aradia Baum-Krüger **Team Werkstatt** Birgit Bott, Andrea Lüchau, Jörg Ritzke, Lutz Taxweiler, Jan Wisniewski