

Paarkrisen und Scheidungskonflikte aus psychologischer und juristischer Sicht - eine Einführung

Von HEINER KRABBE und ROGER WEBER¹

1. Was Sie hier finden

DIE HEUTIGE VIELFALT der möglichen Lebensgestaltung bringt auch einen starken Wandel der Paarbeziehungen mit sich. Verhandlungen über die unterschiedlichen Ziele und Vorstellungen der Partner sind damit ebenso verbunden wie Krisen und Konflikte bis hin zur häufiger werdenden Auflösung der Beziehung. Menschen reagieren in ihren Beziehungen zwar sehr unterschiedlich. Krisen und Konflikte laufen dabei aber oft nach erstaunlich ähnlichen Mustern ab. Sie zu kennen, kann Beratern, Anwälten oder der Richtern bei der Gestaltung ihrer Rolle dienen. Wir betrachten daher die Ursachen und den Verlauf von Krisen und Konflikten etwas genauer und versuchen zu zeigen, was im betroffenen Paar vorgeht und welche Faktoren bei der Suche nach Lösungen helfen bzw. stören können.

2. Paarbeziehungen im Wandel

Paare unterstehen heute einem viel stärkeren Wandel als noch vor zwei oder drei Jahrzehnten. Die Menschen sind weitgehend aus ihren traditionellen Beziehungen herausgelöst, weniger auf die gegenseitige Versorgung angewiesen und in Arbeit und Freizeit sehr auf sich selbst und ihre Chancen und Risiken verwiesen. In einer Zeit, in der Unabhängigkeit und Selbstverwirklichung von beiden Geschlechtern sehr stark mit dem Beruf verknüpft sind, bleibt oft nicht genug Raum für die Partnerin bzw. den Partner mit eigenen Zielen. Dauern müssen für Partnerschaft und Beruf Regelungen und Umgangsformen gefunden werden. Für die vielfältigen Formen des Zusammenlebens² fehlt es dabei häufig an einem Muster, an dem die Beteiligten orientieren können. Wie soll zum Beispiel die kleine Paula die Mutter des Vaters ihres Halbbruders nennen? Darf sie sie mit „Grossmami“ anreden, oder stört das dann die Mutter von Paulas eigenem Vater? All die vielen Fragen rund um die Partnerschaft müssen ausgehandelt werden um herauszufinden, wessen Pläne und Vorstellungen Priorität besitzen bzw. welcher Kompromiss tragfähig erscheint. Es ist klar, dass es dabei auch zu Konflikten kommt.

Mögliche Konfliktpunkte von Paaren ergeben sich einmal aus der Beziehung selber. Hierbei geht es um Themen wie die finanzielle Unabhängigkeit beider Partner, die Belange der Kinder, die Umgestaltung der Wohnung, um die täglichen Hausarbeiten, um Formen der Konfliktaustragung, um Nähe und Distanz, um Sexualität. Konfliktpunkte ergeben sich auch aus dem Kontakt zur Aussenwelt. Es geht um berufliche Entscheidungen, den gemeinsamen Wohnort, die gemeinsame Wohnung, den eigenen und gemeinsamen Freundes- und Bekanntenkreis, den Kontakt mit den Eltern und Verwandten.

3. Wenn das Verhandeln schwierig wird

Da allgemeinverbindliche Modelle zur Gestaltung dieser Fragen von einem oder beiden Ehepartnern zunehmend in Frage gestellt werden, kommen immer mehr Paare zu der Einsicht, sie auszuhandeln, zu vereinbaren.

Gelingt das unter den Partnern nicht, kann eine Mediation (professionelle Vermittlung) weiter helfen. Die Erfahrungen zeigen, dass Paare die oben aufgezählten Themen gut mit Hilfe eines Mediators eigenverantwortlich regeln können. Familienmediation kann aber auch bei Krisen nützlich sein. So können Paare, die sich noch nicht entscheiden können, ob sie zusammenbleiben oder sich trennen werden, bereits Regelungen erarbeiten, und zwar für den Fall, dass sie zusammenbleiben (Veränderungen) und für den Fall, dass sie sich trennen werden (Trennungsvereinbarungen).

Durch das offene Verhandlungsthema verliert der Paarkonflikt seinen bedrohlichen Charakter, ja er kann sogar zur Chance werden. Rückblickend berichten nämlich viele Betroffene, dass sie mit Trennung und Scheidung Vorstellungen und Fantasien verbunden haben, die sich dann nicht erfüllt haben. Solche *Scheidungs- oder Trennungsmysmen* sind etwa:

„Mit der Trennung oder Scheidung

- > werde ich die Schwierigkeiten los
- > endet die Beziehung
- > gewinne ich Freiheit und Macht über mein Leben zurück“

„Trennung und Scheidung

- > sind eine Lösung an und für sich selbst.
- > Der Scheidungsprozess ist ein Machtkampf, in dem einer gewinnt und einer verliert.“

„Mit der Trennung oder Scheidung

- > entsteht eine Ein-Eltern-Familie
- > muss man die Kinder vor dem anderen Elternteil schützen
- > hat ein Elternteil die Kinder und sie gehören ihm.“³

4. Die Scheidungsfamilie

Kommt es zu einer Trennung oder Scheidung, entwickeln sich die Lebenslagen – von Männern und Frauen, Eltern und Kindern – in unterschiedliche Richtungen. Da Trennung und Scheidung nur die Beziehungen zwischen den beiden Ehepartnern beendet, geht die Beziehung zwischen Eltern und Kindern weiter; es bildet sich die Scheidungsfamilie, mit eigenen Themen.

Eine neue Alltagsorganisation ist nötig, es muss geklärt werden, wer die Wohnung bekommt, welche Teile des Hausrats, welche Erinnerungsstücke, wie viel Unterhalt zu zahlen ist, wer mit den Kindern lebt, ob ein Wechsel der Umgebung, der Schule ansteht, wie mit den Kontakten zu Verwandten und Freunden umgegangen wird. Neue Vereinbarungen werden gesucht. Es stehen sich dabei Einzelpersonen gegenüber, die je eigene Interessen und Wünsche zu behaupten und miteinander zu verbinden suchen.

5. Was geschieht mit dem Paar im Konflikt?

5.1. Phasen bei Trennung und Scheidung

Trennung und Scheidung sind keine statischen Ereignisse. Sie entwickeln sich und dauern bis zur endgültigen Bewältigung eine ganze Zeit lang an, in der Regel 2-3 Jahre:

Trennung und Scheidung lassen sich auf zwei Arten beschreiben und einteilen, einerseits über die Gefühlslage der Beteiligten (d.h. über *emotionalen* Kriterien) und andererseits über die Beschreibung des äusseren *Verlaufs*.

Die *emotionalen Phasen* bei Trennung und Scheidung sind aus dem Phasenbeschreibungen beim Tod eines Menschen (nach Kübler-Ross) abgeleitet. Emotional beschrieben durchläuft eine Trennung / Scheidung insgesamt in fünf Phasen:

1. Verleugnung der Tatsachen
2. Wut, Anklage, Hass
3. Depression, Verzweiflung (ev. nochmaliger Versuch der Beziehung)
4. Trauer
5. Verhandeln, Neuorientierung, neue Ziele, neue Lebensplanung

Auch beim *äusseren Ablauf* einer Trennung und Scheidung kann man fünf Phasen beobachten:

1. Ehekonflikte, Ehekrise
2. Ambivalenzphase: Die Partner sind hin- und hergerissen zwischen dem Trennungswunsch und dem Wunsch, die Beziehung fortzusetzen.
3. Trennungsphase
4. Scheidungsphase
5. Nachscheidungsphase / Reorganisation der Familie

Die beiden Beschreibungen sind nicht ganz deckungsgleich. Vielmehr können die emotionalen Phasen *auf jeder Verlaufsstufe mehrmals* durchlebt werden. Aber auch bei den Verlaufsphasen passiert es oft, dass man in eine frühere Phase mehrmals zurückkehrt und zwischen den Phasen wechselt, insbesondere beim Übergang von der Ambivalenz- in die Trennungsphase. Bei den Gerichten kommt es denn auch häufig vor, dass zunächst mit Nachdruck Begehren um *Regelung des Getrenntlebens* gestellt und kurze Zeit später wieder zurückgezogen werden.

Psychische Scheidung		Juristische Scheidung
Ablösung vom Partner (Entflechtung und Individuation)	Anklagen, Vorwürfe, Schuldzuweisungen und deren Zurückweisung	Räumliche Trennung. Ev. zweijährige Trennungsphase nach Art. 114 ZGB.
Ambivalenz		

Psychische Scheidung		Juristische Scheidung
Erleben der Trennung und der damit verbundenen Gefühle: Des Verlusts, des Schmerzes, der Depression, der Ohnmacht, der Wut, usw.	Verleugnung, dass die Ehe zu Ende geht	Beschäftigung und Auseinandersetzung mit den Folgen der Getrenntlebens > Elterliche Obhut > Besuchsrecht > Unterhalt > Wohnung/Hausrat
Wahrnehmung und emotionales Akzeptieren „eigener Anteile“ an den Schwierigkeiten, der Krise und dem Scheitern der Ehe	Verschiebung des Paarkonfliktes auf die Elternrolle	
Trauerprozess, in dem die dem Partner, der Ehe und der Familie verbundenen Erwartungen aufgegeben werden können	Delegation an Dritte Selbstbild des Opfers, des Versagers, des Verlierers Verbitterung	Scheidungsantrag, Scheidungsverfahren und Regelung der Scheidungsfolgen > Elterliche Sorge > Besuchsrecht > Unterhalt > Güterrecht > Vorsorgeausgleich > Wohnung/Hausrat
Unterscheidung von Paarkonflikt und Elternrolle Orientierung an neuen Lebenszielen		Formale Auflösung der Ehescheidung

OFT BEFINDEN SICH DIE beteiligten Partner in unterschiedlichen emotionalen bzw. Verlaufsphasen. Während der eine noch ambivalent ist, will der andere die Scheidungsfolgen regeln. Richter und Beraterinnen müssen darauf Rücksicht nehmen, damit sie ihrer Aufgabe gerecht werden können. Befinden sich die Partner in unterschiedlichen Phasen, so muss ein Beratungsprozess, aber auch ein Gerichtsverfahren so gestaltet werden, dass beide jeweils aus ihrer Phase heraus daran teilnehmen können. So wird der Mediator einerseits nur vorläufige, kurzfristige Regelungen zur gegenwärtigen Emotion erarbeiten, andererseits den Prozess für eine endgültige Trennung initiieren. Die Richterin hat zwar die Vorgaben der Prozessgesetze zu beachten. Bei ihren Vergleichsbemühungen kann sie aber ebenfalls darauf achten, dass sie nur Lösungen forciert, zu denen beide Parteien bereit sind. Ähnliches gilt für den Rechtsanwalt, und zwar sowohl im Verhältnis zur eigenen Partei wie auch zur Gegenseite. Ob Vermittlerin, Beraterin oder Richter: Auch die Wahl der Techniken muss phasengerecht sein: So hilft es etwa, die heftigen Emotionen der in der Phase von Wut, Anklage, Hass bei einer Seite als normale Erscheinungen des Ablösungsprozesses zu verstehen, sie gegenüber den Beteiligten auch als solche zu beschreiben und stehen zu lassen („Ich höre das oft, dass einem Partner bei diesem Thema der Kragen platzt.“). In der

Phase von Ambivalenz bei beiden Partnern kann man darauf achten, den Parteien den Weg der Trennung wie des Zusammenbleibens offen zu halten.

5.2. Das eheliche Projektionssystem

Zentrales Modell, schwere Ehekrisen und die damit verbundenen Trennungskonflikte zu begreifen, ist vor allen Dingen das Konzept des „ehelichen Projektionssystems“.⁴ Damit ist folgendes Phänomen gemeint: Die verbreitete Bereitschaft von Scheidungspaaaren, den enttäuschenden Partner anzuklagen, ihn für die Schwierigkeiten und die Krise bzw. das Scheitern der Ehe verantwortlich zu machen.

„Zu diesem System ... gehört, dass man anfängt, die Verantwortung für die eigenen normalen und natürlichen Unzulänglichkeiten in der ehelichen Beziehung abzuschütteln. Man beginnt, im anderen ein böses Wesen zu sehen, dessen Hauptvergnügen und Interesse darin besteht, einen zu verletzen und zu zerstören. Der Partner, der vor der Heirat in liebevoll-bewundernder Weise als Retter oder Held idealisiert wurde, wird nun zum Sündenbock gemacht.“⁵

Bezeichnend ist, dass der Partner für die Unzulänglichkeiten, die Konflikte, die Krise der Ehe und auch für deren Scheitern und die Trennung verantwortlich gemacht wird, während eine eigene Beteiligung daran abgelehnt wird. Es ist eine einseitig auf den Partner gerichtete Problemsicht zu erkennen.

Merkmale des ehelichen Projektionssystems:⁶

- > Der Partner wird für die Schwierigkeiten verantwortlich gemacht („Du bist an unseren Schwierigkeiten schuld“)
- > Einseitig auf den Partner gerichtete Problemsicht
- > Veränderungen werden vom Partner erwartet
- > Eine eigene Beteiligung an den Schwierigkeiten wird nicht wahrgenommen/abgelehnt
- > Vorwürfe, Anklagen, Schuldzuweisungen, Abwertung, Hass
- > Verhalten, Eigenschaften bzw. die Person des Partners werden als problematisch (böse, verwerflich, krankhaft, abnormal usw.) etikettiert („Der Partner ist nicht der Richtige“)
- > „Die Beziehung mit ihm/ihr ist ein Irrtum“
- > Phantasie, noch einmal „neu anfangen“ zu können
- > Selbstbild eines „Opfers“
- > Verbitterung

Zur Illustration dient ein einfaches Beispiel aus Paarausinandersetzungen. Das Projektionssystem wird im Satz sichtbar: *Du ärgerst mich*. Im Satz: *Ich ärgere mich über Dich*, ist dagegen das eheliche Projektionssystem aufgehoben.

Das eheliche Projektionssystem ist in den Trennungs- und Scheidungsausinandersetzungen des Paares besonders ausgeprägt. Der Tenor lautet hier: *Weil Du so bist, haben wir die Schwierigkeiten und deshalb will ich mich von Dir trennen*.⁷

Im Gespräch mit der Mediatorin und besonders vor Gericht geben die Partner dann zumeist eine Version der Tatsachen,

- > die beweisen soll, wie gut man selbst und wie schlecht der Partner ist,
- > die zeigen soll, dass Veränderungen und Bewegungen auf Seiten des Partners notwendig sind.⁸

In der verengten Sicht des Projektionssystems ist den Konfliktparteien ein lösungsorientiertes Verhalten verunmöglicht. Aber nicht nur das: Der Konflikt droht zu eskalieren, da das Verhalten der Parteien stets neue Verletzungen produziert. Es ist daher wichtig, das System ein Stück weit zu lockern, damit Raum für Verhandlungen entsteht. Geeignet sind etwa folgende Mittel:⁹

- > Verlagerung der Aufmerksamkeit (vom Partner weg) auf die eigene Person („eigener Anteil“)
- > Verlagerung der Aufmerksamkeit auf die Erwartungen an den Partner und die Partnerschaft
- > Verlagerung der Aufmerksamkeit auf die Partnerwahl und die damit verbundenen Erwartungen
- > Verlagerung der Aufmerksamkeit auf die lebensgeschichtliche Vergangenheit
- > Unterscheidung von Trennungsabsichten und Veränderungswünschen
- > Unterscheidung von Trennungsabsichten und Entlastungsbedürfnissen
- > Unterscheidung von Trennungsabsichten und Distanzierungswünschen, d.h. von äusserem und innerem Abstand

Für Beraterinnen und Berater eignen sich als Techniken besonders die Zusammenfassung des Gehörten in einer sachlichen Art und Weise und die Umformulierung, etwa von Vorwürfen in Wünsche („Paraphrasieren“).

Beispiel:

PARTEI: „Er ist nie da, sondern treibt sich ständig mit seinen nichtsnutzigen Kumpeln herum.“

BERATER: „Ich habe bei Ihnen, Frau X. verstanden, dass Sie mehr Zeit gemeinsam mit Herrn X. verbringen möchten.“

Bei Richterinnen und Richtern mag diese Technik auf den ersten Blick Stirnrunzeln hervorrufen. Wichtig ist selbstverständlich, dass man der betroffenen Partei Gelegenheit gibt, sich mit der Zusammenfassung oder Umformulierung zu identifizieren oder sich davon zu distanzieren. Lässt sie dann den Fragesteller gewähren, bestehen gegen das Vorgehen keine rechtsstaatlichen Bedenken. Und die Wirkung ist belegt: Der Konflikt wird von der Beziehungs- auf die Sachebene geholt, wo er verhandelbar wird.

Natürlich können auch die Betroffenen selber versuchen, ihre Äusserungen entsprechend anzupassen – erwarten soll man dies von ihnen in der Hitze des Gefechtes allerdings nicht. In der Konfliktsituation sind die Beteiligten nicht „sich selbst“, ihre Lösungsressourcen sind eingeschränkt. Mit richterlicher Schulmeisterie oder dem giftigen Plädoyer eines Anwalts lässt sich nichts erreichen, im Gegenteil: Oft fallen die Parteien auf der Eskalationstreppe ihres Konfliktes zwei oder drei Stufen hinunter. Wer als Berater, RichterIn oder Gegenanwalt einmal etwas von der Wut oder dem Schmerz eines Partners abkriegt, sollte sich einfach vorstellen, er habe es mit einer erkälteten Person zu tun. Der werfen wir auch nicht vor, dass ihr die Nase trieft.

Besonders für die Gerichte hat das Projektionssystem auch einen Vorteil: Obwohl an sich Aussagen zugunsten einer Partei nur von beschränktem Beweiswert sind¹⁰, enthalten Äusserungen der einen Konfliktpartei zu andern regelmässig einen wahren Kern. Man erfährt, wo der Schuh drückt. Wichtig ist nur, die Sachaussage von den (meist offensichtlichen) Übertreibungen zu trennen. Oft ist es erstaunlich, wie sehr das so gewonnene Bild mit der Schilderung der Kinder übereinstimmt, die ja regelmässig eine positive Einstellung zu beiden Elternteilen haben und dadurch deren Eigenschaften und Verhaltensweisen sehr viel objektiver darstellen als ihre Erzeuger.

5.3. Das Scheidungssystem

Der Kreis der am Scheidungsgeschehen des Paares bzw. der Familie Beteiligten wird meistens zu klein gezogen: Es gibt in der Regel involvierte Eltern, Geschwister, Freunde, neue Partner bzw. Partnerinnen, Anwälte, Sozialarbeiter, Therapeuten, Kinderärzte usw., die alle eine Sichtweise des Problems haben und mittlerweile als Bezugspersonen der unmittelbar Betroffenen eine mehr oder weniger bedeutsame Rolle spielen können. So können sie insbesondere als Bündnispartner in Frage kommen und in dieser Funktion negative, polarisierende Vorstellungen von der Scheidungssituation und vom Ehepartner konsolidieren.¹¹

In der Trennungs- und Scheidungsphase ist es für die Betroffenen besonders schwierig, die eigene Sichtweise von derjenigen der Personen in ihrem Umfeld zu trennen, denn es ist ein Merkmal eines eskalierenden Konfliktes, dass die Beteiligten sich Bündnispartner suchen und sich ihrer Unterstützung versichern. Beraterin und Richter müssen auf dieses System Rücksicht nehmen, um ein gutes Ergebnis zu erzielen. Es gilt, nach dem Umfeld zu fragen und die involvierten Drittpersonen zumindest virtuell ins Geschehen einzubeziehen („Frau X., was würden ihre Eltern zu dieser Besuchsregelung sagen? Möchten Sie eine Pause, um das kurz telefonisch zu besprechen?“).

6. Gesprächsvariablen: Kein Patentrezept

JEDER FAMILIENKONFLIKT ist das Resultat der Geschichte einer Partnerschaft. Wie sich die Auseinandersetzung entwickelt, hängt in erster Linie von den Beteiligten ab. Beraterinnen, Vermittler und Richterinnen können diesen Prozess nur in beschränktem Umfang beeinflussen. Weder psychologische Kenntnisse noch juristische Mittel ändern daran etwas. Sich diese Grenzen immer wieder bewusst zu machen, ist für die Konfliktbeteiligten genau so wichtig wie für die Konfliktthelfer selber. Dennoch gibt es Regeln, deren Beachtung den Umgang mit Konfliktparteien stark erleichtern. Zu achten ist auf die sogenannten Gesprächsvariablen:

6.1. Echtheit (Kongruenz)

Eine Vergleichsverhandlung oder Mediation ist mit grösster Wahrscheinlichkeit dann erfolgreich, wenn der Verhandlungsleiter in der Beziehung zu den Betroffenen sich selbst ist, ohne sich hinter einer Fassade oder Maske zu verbergen. Der theoretische Ausdruck hierfür ist Kongruenz. Er besagt, dass der Leiter sich bewusst macht, was er denkt und empfindet, und dass er dies den Konfliktbeteiligten mitteilt, soweit es angemessen ist. Auf diese Weise ist er transparent und schafft eine persönliche Beziehung zu den Parteien. Dies fördert das für eine erfolgreiche Suche nach Lösungen unabdingbare Vertrauen.

6.2. Wertschätzung

Dieses Merkmal besagt, dass die Richterin oder Mediatorin sich bemüht, den Parteien eine nicht an Bedingungen gebundene Wertschätzung entgegenzubringen, d.h. sie zu akzeptieren unabhängig davon, was sie äussern oder wie sie sich gerade geben. Dieses uneingeschränkte Akzeptieren ist ebenso unvereinbar mit einer wertenden, Abneigung oder Missbilligung ausdrückenden Stellungnahme wie mit einer nur selektiv – je nach Gesprächsinhalt – ausgedrückten Wertschätzung. Es bedeutet aber nicht, dass die Mediatorin oder gar die Richterin allem zustimmen muss, was eine Partei sagt oder tut. Sie kann durchaus anderer Meinung sein, doch muss die Partei spüren, dass dies die Beziehung nicht beeinträchtigt.

6.3. Einfühlerndes Verstehen

Um das Empfinden einer Partei aufzunehmen, stehen dem Mediator oder Richter mehrere Kommunikationskanäle zur Verfügung. Er wird zwar vorab auf den Inhalt der Äußerungen achten, speziell auch auf immer wiederkehrende Worte, Sätze oder einen eventuell sichtbaren „roten Faden“. Daneben müssen aber auch der Tonfall, das Sprechtempo und Sprechpausen registriert werden. Gleichzeitig ist auf die Mimik und Gestik der Parteien zu achten, um festzustellen, ob das deren verbales Verhalten (z.B. stockendes Sprechen) durch entsprechende nichtverbale Signale (z.B. unruhiges Hin- und Herrutschen auf dem Stuhl, gespannte Gesichtsmuskulatur) ergänzt wird. Dadurch erhält man recht eindeutige Informationen über die Emotionen einer Partei.

Einfühlerndes Verstehen heisst zu versuchen, sich in die Vorstellungswelt einer Partei zu versetzen, ihre Gefühle und Empfindungen von ihrem Bezugsrahmen her zu verstehen und ihr (zur Kontrolle) das Verstandene möglichst präzise und konkret zurück zu übersetzen. Auch dies erzeugt eine Atmosphäre, in der die Parteien sich verstanden fühlen, und befähigt sie damit, sich im Hinblick auf mögliche Lösungen auf den Verhandlungsprozess einzulassen.

Anmerkungen

1 HEINER KRABBE ist diplomierter Psychologe und Leiter des gleichnamigen Instituts in Münster/D. Er befasst sich besonders mit der Mediation in Paar- und Familienkonflikten und bildet insbesondere auch Mediatorinnen und Mediatoren aus. Für die Gerichte des Kantons Zürich ist er in der Weiterbildung der für Familiensachen verantwortlichen Personen tätig.

ROGER WEBER ist promovierter Jurist und Richter am Bezirksgericht Zürich. Er betreut den Internet-Auftritt des Gerichts (www.bezirksgericht-zuerich.ch). Das Familienrecht ist eines seiner Schwerpunktgebiete.

2 Zu denken ist etwa an Alleinwohnende, kinderlose Ehepaare, nichteheliche Lebensgemeinschaften, living-apart-together-Beziehungen, Ein-Eltern-Familien, Zweit- oder Stieffamilien, Adoptions- und Pflegefamilien, Inseminationsfamilien.

3 WEBER, mündliche Mitteilung

4 PAUL, 1980.

5 PAUL, 1980.

6 (nach BERNHARD u.a. 1991)

7 BERNHARD/MARSHALL/RIEDEL, 1991.

8 HAYNES, mündliche Mitteilung.

9 BERNHARD, 1992.

10 S. etwa § 149 Abs. 3 ZPO ZH.

11 BERNHARDT, 1991; DUSS-VON-WERDT, 1991.