



Expertise zum Stand der Prävention von Paarproblemen

Prof. Dr. Christian Roesler

Professur für Klinische Psychologie
und Arbeit mit Familien

Unter Mitarbeit von

Dinah Azzawi

Frederike Königer

Telefon +49 761 200-1513
Fax +49 761 200-1496
E-Mail: christian.roesler@kh-freiburg.de

Karlstraße 63
79104 Freiburg
www.kh-freiburg.de



Zur Problemlage

In zahlreichen Umfragen zur Lebenszufriedenheit stellen sich Liebe, Partnerschaft und Familie immer wieder als zentrale Faktoren für das Wohlbefinden und Lebensglück dar (vgl. Thurmaier, Engl & Hahlweg, 1998). Eine intime Zweierbeziehung ist eine der wichtigsten Quellen für Lebensfreude und psychische Stabilität. Die meisten Menschen wünschen sich auch heute noch eine lebenslange glückliche Partnerschaft (vgl. Heinrichs, Bodenmann & Hahlweg, 2008). Bodenmann (2012) berichtet, dass 90% angeben, dass eine Partnerschaft für sie das Wichtigste im Leben sei, um glücklich sein zu können. Nach wie vor heiraten über 85% der Menschen im Verlauf des Lebens und rund 75% der Geschiedenen heiraten erneut – teilweise mehrfach. Der Wunsch nach Geborgenheit und Erfüllung in einer intimen Zweierbeziehung besteht weiterhin. Familiensoziologische Studien zeigen dabei sehr klar (Schmidt et.al. 2006, Matthiesen 2007), dass zwar die Wertschätzung von jungen Menschen für die Dauerhaftigkeit von Partnerschaften und Familie nach wie vor enorm hoch ist, zugleich aber die gelebten Beziehungsformen vielfältiger und unübersichtlicher geworden sind und vielen Menschen heute Orientierung darüber fehlt, welche Kompetenzen in einer Partnerschaft zu deren Erhalt förderlich sind und wo sie diese erwerben könnten.

Eine einmal eingegangene Partnerschaft ist heute nichts fest gefügtes mehr, von dem man ausgehen kann, dass sie bis ans Ende des Lebens besteht, sondern sie ist eine Option unter vielen anderen in der postmodernen Gesellschaft, die auch wieder um anderer Möglichkeiten willen aufgegeben werden kann. Dabei zeigt sich, dass junge Menschen heute keineswegs eine Geringschätzung von lebenslanger Partnerschaft und Treue haben, sondern im Gegenteil diese sehr hoch bewerten, und man die hohe Scheidungsrate auch damit erklären kann, dass höhere Ansprüche an Partnerschaft als in früheren Zeiten gestellt werden, so dass, wenn eine Partnerschaft nicht genügt, nach gelingenderen Alternativen gesucht wird (für einen guten Überblick zur historischen Veränderung der Heiratsneigung und der Gestaltung von Partnerschaften s. Seiffge-Krenke/Schneider 2012, S. 52ff.). In einer familiensoziologischen Untersuchung zu heutigen Beziehungsbiografien haben Schmidt et al. (2006) folgende zentrale Aussagen getroffen:

- neben der Ehe haben sich verschiedene eheähnliche Lebensformen etabliert, z. B. Getrennt-Zusammensein (living apart together) und unverheiratet Zusammenleben
- Sexualität und Ehe sind voneinander entkoppelt, das gleiche gilt für Elternschaft
- gleichgeschlechtliche Partnerschaften haben sich etabliert und nehmen weiter zu, bis hin zur gemeinsamen Erziehung von Kindern
- Scheidungen nehmen weiter zu, auch bei den über 60-jährigen, was aber nicht, wie oben ausgeführt, als Geringschätzung verbindlicher Beziehung betrachtet werden muss, sondern vielmehr sind die Ansprüche an Beziehungen gewachsen
- eine Abfolge von Partnerschaften im Verlaufe des Lebens wird immer häufiger, schon 30-jährige haben in der Regel mehrere Beziehungen und Trennungen hinter sich
- Singles nehmen daher zu, wobei die wenigsten davon auf diese Rolle festgelegt sind, die meisten sind sog. Durchgangssingles

Seit Anfang der 1990er Jahre erfolgte ein Wertewandel, den man schlagwortartig mit Rückzug ins Private und Aufwertung von Familie, Intimität und emotionaler Nähe umschreiben kann, im Grunde eine Re-Romantisierung und Re-Idealisierung von Liebesglück. Dies geht einher mit einer hochgradigen Psychologisierung von Partnerschaften. Die Erwartungen an die Beziehung und damit an die Liebespartner sind stark gewachsen (was auch ein Grund für das häufige Scheitern von Beziehungen sein kann). Da Erwachsene ihre Modelle für Partnerschaft hauptsächlich aus ihren Erfahrungen mit der Partnerschaft der Eltern in der Ursprungsfamilie beziehen, der Aushandlungsbedarf allerdings in früheren Generationen kaum vorhanden war und daher diese Generationen in dieser Hinsicht wenig Vorbildcharakter haben, kann ein hoher Bedarf an entsprechender Kompetenzförderung festgestellt werden. Darauf verweist auch die empirische Erkenntnis, dass die soziale Vererbung des Scheidungsrisikos einer der am besten untersuchten sozialpsychologischen Tatbestände ist: wenn eine Person im Kindes- oder Jugendalter die Trennung/Scheidung der eigenen Eltern erlebt hat, so steigt das Risiko für diese Person deutlich, in der eigenen späteren Partnerschaft ebenfalls wieder Trennung/Scheidung zu erleben.

Hinzu kommt, dass sich die Beziehungsqualität besonders in den ersten zehn Jahren nach der Heirat signifikant verschlechtert (vgl. Bodenmann, Meyer, Ledermann, Binz & Brunner, 2006). Mittlerweile liegen über 30 Studien aus westlichen industrialisierten Ländern vor, die zeigen, dass Paare, auch wenn sie ihre Beziehung auf einem hohen Niveau von Zufriedenheit mit der Beziehung beginnen, innerhalb der nächsten 15 Jahre einen zum Teil drastischen Rückgang der Beziehungs Qualität erleben, so dass für ca. die Hälfte dieser Paare eine Situation erreicht ist, die dem Beziehungs Stress von Paaren gleicht, die sich in Paartherapie befinden (Balfour et.al. 2012, p. 4). Praktikern der Paartherapie ist dies schon lange bewusst und diese Erkenntnis schlägt sich in der in der Ausbildung zum Paartherapeuten vermittelten Faustregeln nieder: "Paarbeziehungen werden von alleine schlechter". In Fällen einer unbefriedigenden Partnerschaft, ist diese häufig eine Quelle von Konflikten und Leid. Vor dem Hintergrund der hohen Instabilität von Partnerschaften, hoher Scheidungsraten und der damit einhergehenden Folgen für die betroffenen Partner und Kinder sowie volkswirtschaftlichen Kosten, gewinnt die Prävention von Partnerschaftsstörungen an immer größerer Bedeutung. Mit diesem Ziel werden seit vielen Jahren Programme für die Prävention von Paarproblemen entwickelt und angeboten. Die Idee dahinter ist es, Paaren frühzeitig, möglichst bevor manifeste partnerschaftliche Probleme auftreten, dyadische Kompetenzen zu vermitteln, die langfristig die Beziehungsstabilität und -qualität stärken. „Relationship education is intended to reduce the prevalence of relationship distress, divorce, and the associated personal and social costs.“ (Halford, Markman, Kline, & Stanley, 2003, S. 385). In Ländern wie den USA, Australien und Norwegen wurden in den letzten Jahren vielfältige Bemühungen unternommen, um die entwickelten Präventionsprogramme für Paare der Bevölkerung zugänglich zu machen. In den USA und Australien liegt der Anteil der Paare, die an einer präventiven Paarintervention teilnehmen, bei ca. 30% (vgl. Doss, Carhart, Hsueh & Rahbar, 2010). In Deutschland werden derzeit nur sehr wenige Angebote in diese Richtung gemacht (z.B. „Ein Partnerschaftliches Lernprogramm“ und „Paarlife“), die jedoch nur einen sehr geringen Prozentsatz der relevanten Zielgruppe erreichen. So bezogen sich beispielsweise von geschätzten 200.000 präventiven Interventionen im Bereich Familie in Deutschland pro Jahr nur 1500 auf die Stärkung von Paarbeziehungen. In einem bundesweiten Forschungsprojekt wurden die Angebotsformen familienbezogener Prävention in verschiedenen Einrichtungen untersucht. Die Ergebnisse verdeutlichen, dass im Rahmen der Familienbildung mehrheitlich Eltern-Kind-Gruppen angeboten werden und weniger als 1% der jährlichen Angebote in Familienbildungsstätten auf eine Verbesserung von Partnerschaften abzielen (vgl. Plankensteiner, Lösel, Schmucker & Weiss, 2006). Davon sind 65% der Angebote vom Anbieter selbstentwickelte Programme, von denen lediglich 1,4% in systematischen Studien empirisch erfasst wurden (vgl. Job, Bodenmann, Baucom, & Hahlweg, 2014). Dabei gilt eigentlich: Paare sind die Architekten der Familie, wie schon die Familientherapeutin Virginia Satir zu Recht betont hat. Eine hohe Qualität in der elterlichen Paarbeziehung sorgt nicht nur für eine förderliche Entwicklungsumwelt für die Kinder, sondern stellt auch ein hilfreiches Modell für das Gelingen von Paarbeziehungen im späteren Erwachsenenleben der Kinder dar.

Datenlage zu Eheschließungen und Ehescheidungen

„Die jährliche Zahl der gerichtlichen Scheidungen nahm von 1950 bis 2006 mit wenigen Ausnahmen zu und bleibt seither auf einem hohen Niveau um 190.000 Scheidungen im Jahr.“ (vgl. Statistisches Bundesamt, 2012). Die Scheidungsrate gibt das Verhältnis aller in einem Jahr geschiedener Ehen zu den im selben Zeitraum geschlossener Ehen an. Mit 213.975 Ehescheidungen gegenüber 382.911 Eheschließungen lag die Scheidungsrate 2003 in Deutschland bei 55,8% (vgl. Statistisches Bundesamt, 2011). Im Jahr 2013 lag die Scheidungsrate bei 45%. Dies kann zunächst als ein Rückgang der Scheidungsrate betrachtet werden, allerdings ist die so berechnete Scheidungsrate kein verlässlicher Indikator für die Anzahl geschiedener Ehen und die Stabilität von Paarbeziehungen. Zum einen müssten Kohorteneffekte berücksichtigt werden, zum anderen nimmt die Zahl nicht verheirateter, aber dauerhaft miteinander lebender Partner, die auch Eltern gemeinsamer Kinder sind, kontinuierlich zu. Diese Paare sind statistisch schwer zu erfassen, es ist aber davon auszugehen, dass diese Paare eine noch höhere Trennungsraten haben als verheiratete. Zudem finden sich in der Zahl der Verheiratungen eine erhebliche Zahl von bereits Geschiedenen. In Deutschland betrug der Anteil

der Erst-Ehen 2013 65%. 15% der Eheschließungen waren Wiederverheiratungen, bei der beide Ehepartner vor der Eheschließung verwitwet oder geschieden waren. Weitere 20% machten die Eheschließungen aus, bei der ein Partner davor ledig, der andere geschieden oder verwitwet war (vgl. Statistisches Bundesamt, 2013). Auch hat die Zahl der Verheiratungen an sich drastisch abgenommen. Bei der Gegenüberstellung der Daten von 1950 zu 2013 stellt man fest, dass die Anzahl der geschlossenen Ehen sich im Vergleich zu 1950 mit damals 750.452 Eheschließungen mehr als halbiert hat, während die Scheidungsrate signifikant zugenommen hat– von 17% im Jahr 1950 auf 45% 2013.

„Alarmierend sind jedoch nicht nur die hohen Trennungs- und Scheidungsraten, darüber hinaus leben zahlreiche Paare, um die 10 bis 25 % (für Deutschland: 1.6 bis 4 Millionen), in stabilen jedoch unzufriedenen Partnerschaften.“ (Job, Bodenmann, Baucom & Hahlweg, 2014, S.12). Paare müssen sich also nicht erst trennen, damit sie an Problemen in der Paarbeziehung leiden.

Auch in anderen westlichen Ländern sind Partnerschaftsstörungen und Scheidungen ein weit verbreitetes Phänomen. Für das Jahr 2013 betrug die Scheidungsrate in der Schweiz 41,9% (vgl. Statista, 2013, Bundesamt für Statistik BFS, 2013), in Österreich 40,14% (vgl. Statistik Austria, 2013), in Norwegen 41% (vgl. Statistik sentralbyrå, 2015) und in den USA 40% (vgl. Centers for Disease Control and Prevention, 2012); in Australien 40% (vgl. Australian Bureau of Statistics, 2014), Großbritannien 42% (vgl. Office of National Statistics, 2012).

Auswirkungen belasteter Paarbeziehungen

Zusammenfassend lässt sich sagen: Eine hohe Zahl von Paarbeziehungen in Deutschland ist belastet. Bei den etwa 200.000 geschiedenen Ehen pro Jahr in Deutschland sind davon ca. 150.000 Kinder jährlich betroffen. In der amerikanischen Literatur spricht man mittlerweile von der Verschiebung vom Tod zur Scheidung als dem primären Grund für das Ende einer Ehe (Gurman 2008). In einer umfassenden Übersicht über die Forschungsergebnisse zur Auswirkung von Trennung/Scheidung auf die Familie zeigt Bodenmann (2013), dass die Effekte einer Scheidung für alle Familienmitglieder grundsätzlich negativ sind. Sie beeinträchtigt die Gesundheit der Ehepartner über Jahre hinweg, verschlechtert die Befindlichkeit dramatisch, chronische körperliche und psychische gesundheitliche Probleme sind die Folgen (das Risiko einer Depression ist um 188 % erhöht), sogar die Mortalitätsrate ist erhöht. Im Längsschnitt lässt sich zeigen, dass geschiedene auch nach der Scheidung, selbst bei Wiederverheiratung, nie mehr so hohe Werte der Lebenszufriedenheit erreichen wie vor der Scheidung. 80 % der Betroffenen, selbst diejenigen, die die Scheidung initiiert haben, erleben die Scheidung, den Prozess und seine Konsequenzen als hohe Belastung. Noch dramatischer sind die Folgen für die betroffenen Kinder, wie mittlerweile zahlreiche Studien sowohl aus den USA als auch aus dem deutschsprachigen Raum nachweisen können. Die Kinder sind psychisch, körperlich und in ihrer Leistungsfähigkeit nicht nur unmittelbar während und nach der Scheidung der Eltern beeinträchtigt, sondern Folgewirkungen der Scheidung können noch über Jahre hinweg in einer höheren Prozentrage von psychischer Symptomatik nachgewiesen werden. Darüber hinaus zeigte die prospektive Längsschnittstudie von Wallerstein (2004), dass die Betroffenen Kinder und Jugendlichen lebenslang eine Beeinträchtigung ihrer Beziehungsfähigkeit davontragen, die es zum einen wahrscheinlicher macht, dass sie in ihren eigenen erwachsenen Paarbeziehungen selbst Trennung bzw. Scheidung erleben, und dass sie sich grundsätzlich eine dauerhafte Beziehung sehr viel weniger zutrauen als Kinder aus intakten Familien. Diese Ergebnisse waren auch unabhängig davon, in welcher Weise die Scheidung ablief und ob es den Eltern gelang, eine einvernehmliche Nachscheidungsregelung auszuhandeln. Auf der Basis dieser Erkenntnisse muss auch ganz deutlich gesagt werden, dass einige aktuelle Konzepte, die in der Scheidung der Eltern für die Betroffenen Kinder auch positives sehen, durch die neueren empirischen Erkenntnisse mittlerweile widerlegt sind. Die heute verfügbaren Daten zeigen eher, dass alle Kinder ohne Ausnahme sowohl mittelfristig als auch langfristig von den Scheidungsfolgen negativ betroffen sind. Auch dachte man lange, dass späte Scheidungen erst im Jugendalter der Kinder bei diesen keine großen Schädigungen hinterlassen würden, aber auch diese Erkenntnis wurde mittlerweile widerlegt (vgl. Bodenmann 2013). Aber auch wenn ein Paar sich angesichts von Konflikten nicht für eine Trennung entscheidet, so bedeutet dies

trotzdem, dass die Betroffenen Partner und vor allem auch deren Kinder, sofern vorhanden, in Hinsicht auf ihr Wohlbefinden, ihre Lebensqualität, aber auch ihre psychische und körperliche Gesundheit unter anhaltenden Paarproblemen leiden.

Paarbeziehung und Gesundheit

Mittlerweile liegen umfangreiche Daten vor, die zeigen, dass es einen starken Zusammenhang zwischen der Qualität der Paarbeziehung und der körperlichen (und auch psychischen) Gesundheit der Partner gibt. Belastete Partnerschaften führen nachweislich bei den Partnern zu gesundheitlichen und psychischen Beeinträchtigungen und zwar unabhängig von bereits vorliegenden Störungen (Whisman & Uebelacker 2006). Personen mit ungünstigen Konstellationen (hohe Partnerschaftsbelastung, niedrige belohnende Aspekte in der Partnerschaft) haben geringe Werte auf den gesundheitsbezogenen Variablen (Maurischat et.al. 2005). Bei Verlust des Partners oder Trennung/Scheidung ist eine Down-Regulation der zellulären Immunfunktion nachweisbar (Fehm-Wolfsdorf et.al. 1998). Sich chronisch verschlechternde Partnerschaften haben Einfluss auf die Entwicklung von Bluthochdruck und Arteriosklerose. Auch lässt sich nachweisen, dass Geschiedene das Gesundheitssystem stärker in Anspruch nehmen (30% mehr akute Erkrankungen und Arztbesuche, sechsmal häufiger Klinikaufnahme). Interessanterweise sind diese Werte noch schlechter bei unglücklich verheirateten Partnern (Überblick bei Kiecolt-Glaser & Newton 2001). Nach Bodenmann (2006) geht niedrige Partnerschaftsqualität mit schlechteren Immunfunktionen und Allgemeinbefinden einher, Partnerschaftskonflikte sind nachweislich mit höherem Blutdruck und schnellerer Herzfrequenz verbunden, wobei ein hostiler Interaktionstil zu höherem Katecholaminspiegel führt. Insbesondere bei Trennung/Scheidung führt dies zu erhöhte Krankheits- und Sterblichkeitsraten, bei Kindern erhöht sich das Risiko für Erlebens- und Verhaltensstörungen (Lösel/Bender 1998). Eine kürzlich zurückliegende Scheidung erhöht bei beiden Geschlechtern das Risiko sowohl für physische Erkrankungen als auch für psychische Störungen, eine belastete Langzeitpartnerschaft geht einher mit geringerem Selbstwert und allgemeinen niedrigerem psychischem Wohlbefinden (Bodenmann 2013).

Demgegenüber haben Verheiratete eine niedrigere Mortalitätsrate und größere Überlebenswahrscheinlichkeit bei diagnostizierter Erkrankung als Unverheiratete, Ehe ist ein Schutzfaktor gegen negative Folgen von Lebensbelastungen (Widenfeldt 1995). Auch lässt sich zeigen, dass Nutzer von Paar- und Familientherapie ihre Nutzung von Leistungen des Gesundheitswesens signifikant um 21,5 % reduzieren (Law & Crane 2000).

Ähnliche Zusammenhänge findet man auch bei psychischen Erkrankungen, insbesondere für Depression ist dies gut untersucht (Kröger 2006). Unglückliche Partnerschaft ist ein deutlicher Risikofaktor für Depression (Fehm-Wolfsdorf et.al. 1998). Ein Absinken der Qualität der Ehebeziehung ist verbunden mit einem Anstieg der depressiven Symptomatik, dabei sind andere Faktoren statistisch kontrolliert (Kurdek 1998). Es gibt einen Zusammenhang zwischen Ehestress und Depression sowohl in der Form, dass Ehestress der Erkrankung vorausgeht und die Rückfallgefahr bei Rückkehr in eine belastete Partnerschaft erhöht ist, als auch dass eine langdauernde depressive Symptomatik zu Partnerschaftskonflikten führt. Eine erhöhte Rate ehelicher Auseinandersetzungen ist häufigster Auslöser von depressiven Episoden, kritische Äußerungen des Partners sind hierbei der beste Rückfallprädiktor, eine positive Beziehung ist dagegen zugleich ein Schutzfaktor gegen Depression, die Partnerschaftsqualität hat Einfluss auf den Verlauf von depressiven Störungen (Backenstraß 1998). In Partnerschaften depressiver Patienten finden sich problematische Interaktionsmuster, die Ehepartner vermeiden Kommunikation von Ärger und Feindseligkeit (Fiedler et.al. 1998, Reich 2003). Es lässt sich ein Zusammenhang zwischen diesen Beziehungsstrukturen und einem Rückfall innerhalb eines 2-Jahres-Zeitraums nachweisen. Demgegenüber sind paartherapeutische Verfahren wirksam in der Reduktion von individuellen psychischen Problemen und Störungen (Depression, Angst, Sucht, Schizophrenie) (Baucom et.al. (1998). Bodenmann (2013) liefert eine umfassende Übersicht aktueller Studien zum Zusammenhang von Partnerschaft und Depression.

Auswirkungen von elterlichen Paarkonflikten und Trennung/Scheidung auf die betroffenen Kinder

"Viele Menschen möchten gerne glauben, dass Erwachsene und Kinder heute die Scheidung leichter ertragen als früher oder vielleicht gar keine Probleme haben, weil es so viele geschiedene gibt. Aber die Statistik kann weder Eltern noch Kinder trösten. Die Scheidung ist keine normale Erfahrung, nur weil viele Menschen mit ihr konfrontiert werden. Wir haben festgestellt, dass alle Kinder unter einer Scheidung leiden, gleichgültig, wie viele ihrer Freunde eine Scheidung erlebt haben. Und obwohl die Scheidung in jüngster Zeit ihre moralisches Stigma fast ganz verloren hat, ist der Schmerz, den jedes Kind empfindet, nicht geringer geworden" (Wallerstein et.al., 2004, S. 355ff). Mittlerweile wächst in der Bundesrepublik jedes dritte Kind nicht in der Familie auf, in die es hineingeboren wurde. Grund dafür ist die mittlerweile auf über 40 % angestiegene Scheidungsrate, die häufig entweder zur Entstehung von Einelternfamilien oder aber zu Stieffamilien führt, beides Familienformen, in denen das Aufwachsen von Kindern weitaus mehr Risiken ausgesetzt ist als in einer intakten Ursprungsfamilie. Bodenmann (2013) zeigt in einer Zusammenfassung mehrerer aktueller Metaanalysen, "dass Kinder aus biologischen 2-Eltern-Familien in Bezug auf intellektuelle, kognitive, soziale und behaviorale Parameter im Querschnitt wie im Längsschnitt (bis ins frühe Erwachsenenalter) signifikant besser abschneiden als Kinder aus monoparentalen Familien, Scheidungs- oder Stieffamilien.... Der Selbstwert der Kinder aus Zwei-Eltern-Familien war signifikant höher als der bei alleinerziehenden Eltern aufwachsenden Kindern oder Kindern aus Stieffamilien, und sie zeigten weniger internalisierende oder externalisierende Störungen als die Kinder der beiden anderen Gruppen." (S. 17). Diese Entwicklung macht sich auch in einer zunehmenden Inanspruchnahme von Erziehungsberatung bemerkbar: zwischen 1993 und 2006 nahm die Zahl der Beratungen, die ausdrücklich in Zusammenhang mit Trennung und Scheidung stehen, um 124 % zu (Loschky & Koch 2013).

Mittlerweile dokumentiert eine ganze Anzahl von Studien, dass ungelöste Partnerschaftskonflikte von Eltern mit minderjährigen Kindern, diese sowohl direkt als auch indirekt beeinträchtigen. Da die Eltern als unmittelbare Modelle mit ihrem Konfliktverhalten die Beziehung der Kinder nachhaltig prägen und zum anderen die Eltern durch ihre eigene Belastung aufgrund der Konflikte in ihrer Rolle als Erzieher sowie in ihrer Einfühlsamkeit für die Kinder eingeschränkt sind (Überblick bei Kröger et.al. 2008). Die negativen Effekte von Paarkonflikten auf die Entwicklung der Kinder sowie die Qualität des Erziehungsverhaltens der Eltern ließen sich in einer meta-analytischen Untersuchung sogar quantifizieren mit einem moderaten Effektstärke von -0,62 (Krishnakumar et.al. 2004). Bei Ehekonflikten haben Kinder mehr soziale, emotionale, Verhaltens- und Lernprobleme, die betroffenen Kinder haben mehr Probleme mit Peer-Beziehungen und Jugendliche mit heterosexuellen Beziehungen, haben geringere psychische Befindlichkeit, benötigen mehr gesundheitliche Leistungen im psychologischen Bereich und haben später im Erwachsenenleben eine signifikant geringere Ehequalität und größeres Risiko für Trennung/Scheidung (Widenfeldt 1995; Booth et.al. 2001) .

Bodenmann (2013) gibt eine umfassende Übersicht über zahlreiche Forschungsbefunde, die zeigen, dass Kinder nicht nur unmittelbar unter den ungelösten Konflikten ihrer Eltern leiden, sondern auch deren Konfliktlösung- und Austragungsstil übernehmen und lebenslang kopieren. Interessanterweise werden die Kinder nicht geschädigt durch offen ausgetragene elterliche Konflikte, wenn es den Eltern im Verlaufe bzw. im Nachhinein gelingt, den Konflikt zu lösen und sich wieder zu versöhnen; in diesem Falle werden die Eltern sogar zu einem Modell für gelingende Konfliktbearbeitung in der Partnerschaft. Daher profitieren die Kinder in der Familie in ihrer Entwicklung unmittelbar davon, wenn Eltern bei Partnerschaftskonflikten Unterstützung in Form von Paarberatung erhalten und diese nutzen können, um ihre Auseinandersetzungen konstruktiver zu gestalten. So konnte in einem englischen Projekt (Becoming a Family), in der eine Gruppe werdender Eltern Anleitung von Professionellen für die Aufrechterhaltung ihrer Beziehungsqualität erhielten, im Vergleich zu einer Kontrollgruppe nachgewiesen werden, dass die Kinder der Eltern aus der Interventionsgruppe signifikant weniger Probleme im Bildungs-, sozialen und emotionalen Bereich zeigte (Balfour et.al. 2012, p. 8) – es lässt sich also zeigen, dass die Kinder signifikant profitieren, wenn nicht sie selbst oder die Eltern-Kind-Beziehung, sondern nur die Paarbeziehung der Eltern Ziel einer Intervention ist.

„Enhanced parenting skills are not necessarily followed by improved couple relationships, whereas enhanced couple relationship satisfaction seems to bolster the quality of both parent-child and couple relationships (ebd. p. 12).

Zugleich zählt es zu den am besten bestätigten empirischen Befunden der Sozialpsychologie, dass die Erfahrung der Trennung/Scheidung der eigenen Eltern im Kindes und Jugendalter die Wahrscheinlichkeit deutlich erhöht, als Erwachsener selbst eine Trennung/Scheidung in einer langfristig angelegten Paarbeziehung zu erleben, was als soziale Transmissionshypothese von Scheidung bezeichnet wird (Überblick bei Bodenmann 2013). Der Aufwärtstrend des Ehescheidungsrisikos ist neben dem sozialdemographischen Strukturwandel in der Nachkriegszeit auch durch diese Transmission des Scheidungsrisikos zu erklären (vgl. Diekmann & Engelhardt, 1995).

„ The period of the life course between adolescence and first marriage has increased substantially, such that for most young adults there will be nearly a decade between high school graduation and awaiting. In the meantime, there is a prolonged period of sexual and relationship exploration relatively unconnected to the ultimate goal of marriage shared by most youth. In addition, high divorce rates and higher rates of nonmarital family formation and dissolution among parents mean that many contemporary youth cannot rely on the social modeling of their parents to find a path way to their own healthy marriages. Indeed, in some disadvantaged communities healthy marriages are nearly extinct and youth may not even have a clear concept of what a healthy marriage or relationship is. And through the media, youth are exposed to a dizzying array of models of romantic relationships (Ponzetti 2016, p. 23)

Wirtschaftliche Folgen von Trennung/Scheidung

In der bisher umfangreichsten deutschen Studie zu den wirtschaftlichen Folgen von Trennung/Scheidung (Andreß u.a. 2006) konnte gezeigt werden, dass Trennung und Scheidung sowohl für die betroffenen Individuen als auch für den Staat hohe Kosten verursachen und die Solidargemeinschaft vor gravierende finanzielle und soziale Probleme stellen. Wilbertz (2003) schätzt die Scheidungsfolgekosten für die Gesellschaft auf 4 Milliarden € jährlich. Trennung und Scheidung zählen neben Arbeitslosigkeit, Krankheit und niedriger Bildung zu den großen gesellschaftlichen Risikofaktoren. In einem Drittel der Scheidungsfälle wird einer der Scheidungspartner zum Sozialhilfeempfänger. Sie verdoppeln das Armutsrisiko von Frauen, darüber hinaus führen sie häufig bei Frauen durch den Status alleinerziehend entweder zu einer wirtschaftlichen Verschlechterung, zumal da in nicht wenigen Fällen (10-20 %) Unterhaltszahlungen durch den anderen Partner unterbleiben, oder aber bei Erwerbstätigkeit der Frau trotz Alleinerziehenden-Status führt dies zu einer deutlichen Verschlechterung der Betreuungsqualität für die Kinder. Alleinerziehende haben darüber hinaus ein zehnfach höheres Risiko, zum Sozialhilfeempfänger zu werden. Neben verschiedenen Empfehlungen, die die Studie bezüglich sozialrechtlicher Veränderungen gibt, weist sie auch deutlich darauf hin, dass präventiv eine bessere Information und Aufklärung über Scheidungsfolgen gegeben werden sollte (ebenso Lösel/Bender 1998, S. 28). Neben den unmittelbaren wirtschaftlichen Folgen schädigen Trennung und Scheidung darüber hinaus das Gemeinwesen, indem Geschiedene das Gesundheitssystem stärker in Anspruch nehmen (s.o.).

Übergang zur Elternschaft

Unseres Erachtens wird bislang in der gesellschaftlichen Debatte viel zu wenig beachtet, dass der Übergang vom Paar zur Familie, d.h. die Geburt des ersten Kindes, einen einschneidenden Übergang mit zum Teil erheblichen Belastung für die jungen Eltern und deren Paarbeziehung bedeutet und es für die Unterstützung der betroffenen Eltern bislang viel zu wenig Hilfsangebote gibt (vgl. auch Roesler 2014). Studien aus den USA zeigen, dass 30 % der Fälle von häuslicher Gewalt während der ersten Schwangerschaft der Frau beginnen (Gottman & Gottman 2007). Schon 1957 konnte in einer Studie gezeigt werden, dass 83 % der "neugeborenen" Eltern durch eine moderate bis schwere Krise gehen beim Übergang zur Elternschaft. Ein typisches Phänomen in der Paarberatung ist, dass junge Elternpaare zu einem Zeitpunkt in die Beratung kommen, wenn das erste Kind im zweiten Lebensjahr ist oder ein zweites Kind hinzugekommen ist und die Paarbeziehung aufgrund von Schlafmangel,

Anforderungen durch die Elternschaft, beruflicher Belastungen und die Kombination all dieser Stressoren erheblich erodiert ist.

Erstes Fazit

„Many significant health, social and economic problems are linked to the breakdown of family relationships. Strengthening couples, parenting, and family skills has the potential to improve the quality of life and health status of children, our future generation.“ (Hahlweg, Grawe-Gerber & Baucom, 2010, S. 4).

“In fact, mental health clinicians, psychological researchers, and family policy makers now have clear evidence that when intimate adult relationships flounder, they do so at great cost. Not only do partners and your and impaired quality of life, at least in the short term, but also many will suffer from increased risk for depression and even suicide, not to mention other mental health problems such as anxiety disorders and alcoholism. Unhappiness in couple relationships results not only in a higher incidence and prevalence of psychological difficulties, but also can affect physical health adversely. We now know, for instance, that unhappy couples will find themselves at a much greater risk for cardiovascular disease, obesity, diabetes, and other health concerns. In addition, the impact of marital partnership dissatisfaction on children cannot be overestimated. The offspring of chronically conflicting couples will be much more likely to develop a plan for a of psychological and physical problems, ranging from impaired school performance to greater likelihood of childhood obesity and clinical depression.“ (Balfour et.al. 2012, p. XVIII)

Nimmt man diese Ergebnisse zusammen, so ist schwer nachvollziehbar, warum in Deutschland der Bereich der Ehe- und Paarberatung sowie der Prävention von Paarproblemen von öffentlicher Seite so wenig gefördert wird (siehe dazu ausführlich Wilbertz 2003). Amerikanische Studien (Law & Crane 2000) haben gezeigt, dass die Nutzer von Paar- und Familientherapie ihre Nutzung von Leistungen des Gesundheitswesens signifikant um 21,5 % reduzieren. Auch gibt es aus dem angelsächsischen Bereich erste Studien (Caldwell et. al. 2007), die das Kosten-Nutzen-Verhältnis für Paartherapie unmittelbar berechnet haben. Dabei wurde von der Annahme ausgegangen, dass der Staat bzw. die Krankenversicherungen empirisch evaluierte Formen von Paartherapie kostenlos anbieten. In dieser Berechnung hat sich Paartherapie als kosteneffektiv erwiesen sowohl wenn es von staatlicher Seite kostenfrei angeboten würde, da es die dem Gemeinwesen entstehenden Kosten durch Scheidung in voller Weise aufwiegt, als auch wenn es von Krankenversicherungen angeboten würde, da hier wiederum die erhöhte Inanspruchnahme von Gesundheitsleistungen nach Trennung/Scheidung ebenfalls in vollem Maße aufgewogen würden. Diese Erkenntnisse wurden gerade aktuell im jüngsten Publikationen auf der Basis aktualisierter Daten noch einmal deutlich bestätigt (Crane & Christenson 2016; Crane 2016). Hinsichtlich der Folgekosten von Scheidung im Sinne von erhöhtem Bedarf an Scheidungsberatung und Mediation liegt auch für Deutschland eine Kosten-Nutzen-Analyse vor (Kandler & Straus 2000). Es wurde dabei in die Berechnung einbezogen, das von Scheidung der Eltern betroffene Kinder in sehr viel höherem Maße als der Durchschnitt Verhaltensauffälligkeiten bis hin zu psychosomatischen Beschwerden entwickeln, die behandlungsbedürftig sind bzw. die Erziehungsberatung der Eltern erforderlich machen. Die Analyse zeigt, dass bei einem angenommenen Wirkungsgrad der Paarberatung zur Verhinderung von Scheidung von nur 44% bereits die Kosten für die öffentliche Hand durch den Nutzen ausgeglichen werden.

Aus unserer Sicht wären daher neben einer besseren öffentlichen Finanzierung von Paarberatungsstellen folgende Veränderungen erforderlich: Es müsste von öffentlicher Seite sehr viel früher im Leben von Menschen, am besten schon in der Schulzeit, eine Förderung partnerschaftlicher Kompetenzen sowie an Aufklärung und Information über Grundbedingungen des Beziehungslebens stattfinden; präventive Angebote im Sinne von Beziehungstrainings für Paare müssten stärker propagiert werden, deutlicher ins Bewusstsein der Öffentlichkeit gerückt werden und in ausreichender Form niedrigschwellig und möglichst kostenfrei verfügbar und erreichbar sein; schließlich müsste eine umfassende Information und Aufklärung stattfinden in Hinsicht darauf, dass Paare, die in Schwierigkeiten geraten, frühzeitiger Beratung als Hilfe zur Lösung ihrer Probleme in Anspruch nehmen, um schwierige Verläufe, die dann häufig zu Trennung/Scheidung führen, zu verhindern. Amerikanische Studien zeigen nämlich, dass 80-90 % der Paare, die sich scheiden lassen,

vorher keine Paarintervention aufgesucht haben (Heinrichs et.al. 2008). „Trotz der hohen Trennungs- und Scheidungsrate und der relativ hohen Dunkelziffer an unzufriedenen Paaren suchen nur relativ wenige Paare professionelle Hilfe.“ (Bodenmann, 2013, S.260).

Als Ergebnis dieser Ausführungen sollte deutlich geworden sein, dass das Scheitern von Paarbeziehungen oder auch nur deren dauerhafte Belastung nicht nur für die Betroffenen Partner selbst, sondern für ihre Kinder und das Gemeinwesen insgesamt einen erheblichen Schaden bedeutet. Ebenso dürfte deutlich geworden sein, dass das System der Hilfen in Deutschland diesen Erkenntnissen bislang kaum gerecht wird. Die Leistungen für Familien, wie sie im Kinder- und Jugendhilfegesetz definiert sind, beziehen sich schon dem Namen nach immer auf die Kinder. Die Logik, die sich aus den obigen Ausführungen ergibt, würde aber nahe legen, Familie immer von der Paarbeziehung der Eltern als Basis zu denken (vgl. Balfour et.al. 2012). Weder in der Familienhilfe noch im Gesundheitswesen in Deutschland ist die Paarbeziehung eine nennenswerte Größe, die ein Ziel von Prävention oder Intervention wäre. In anderen Ländern, insbesondere im angelsächsischen Bereich sowie in Skandinavien, haben Regierungen bzw. staatliche Institutionen mittlerweile eine gänzlich andere Perspektive eingenommen und staatliche Programme zur Förderung dauerhafter Paarbeziehungen sowie zur Prävention von Paarproblemen aufgelegt sowie verschiedenartige innovative Wege begangen, um die vorhandenen hilfreichen Konzepte möglichst weiträumig in der Bevölkerung zu verbreiten. In England haben Professionelle im Bereich der Familienhilfe eine Haltung entwickelt, die als „couple state of mind“ (ebd. p. 20) bezeichnet wird, und die beinhaltet, dass bei allen Interventionen im Blick behalten wird, welche signifikanten Paarbeziehungen vorhanden sind, welche Rolle sie spielen und wie deren Qualität weiter gefördert werden kann. Im folgenden sollen derartige Konzepte und staatliche Programme dargestellt werden auf dem Hintergrund der Frage, ob diese Ansätze staatliches Handeln auch in Deutschland mit Blick auf Paarbeziehungen inspirieren könnte und welche der dargestellten Konzepte gangbare Wege für die Situation in Deutschland darstellen würden.

Literatur zum Verlauf von Paarbeziehungen, Gesundheit, Trennung und Scheidung

- Albani, C.; Blaser, G.; Geyer, M.; Schmutzer, G.; Brähler, E. (2010): Ambulante Psychotherapie in Deutschland aus Sicht der Patienten. Teil 1: Versorgungssituation. In: *Psychotherapeut*, 55, S. 503-514
- Andreß, H.-J.; Borgloh, B.; Güllner, M.; Wilking, K. (2006): Wenn aus Liebe rote Zahlen werden – über die wirtschaftlichen Folgen von Trennung und Scheidung. Opladen: Westdeutscher Verlag.
- Brandstädter, J. & Felser, G. (2003): *Entwicklung in Partnerschaften*. Bern: Huber.
- Beal, E.W. & Hochmann, G. (1992): Wenn Scheidungskinder erwachsen sind – Psychische Spätfolgen der Trennung. Frankfurt: Krüger.
- Belsky, J. (1990): Children in marriage. In: F.D. Fincham & T. Bradbury (eds.): *The psychology of marriage: Basic issues and applications*. New York: Guilford.
- Bentler, P.M. & Newcomb, M.D. (1978): Longitudinal study of marital success and failure. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 46, pp. 1053-1070.
- Bierhoff, H. & Grau, I. (1999): *Romantische Beziehung*. Bern: Huber.
- Bodenmann, G. (1995): Der Einfluß von Stress und Coping auf die Qualität und Stabilität von Partnerschaften: Eine 2-Jahres-Längsschnittuntersuchung. *Zeitschrift für Familienforschung*, 7, S. 27-49.
- Bodenmann, G. (1996): Können wir vorhersagen, welche Ehen scheidungsgefährdet sind? In: G. Bodenmann & M. Perrez (Hg.): *Scheidung und ihre Folgen*. Bern: Huber.
- Bodenmann, G. (2001): Prävention von Partnerschaftsproblemen: Die Rolle von Stress und seiner Bewältigung. In: S. Walper & R. Pekrun (Hg.): *Familie und Entwicklung*. Göttingen: Hogrefe.
- Bodenmann, G. (2001): Psychologische Risikofaktoren für Scheidung: Ein Überblick. *Psychologische Rundschau*, 52 (2), S. 85-95.
- Bodenmann, G. (2013): *Lehrbuch klinische Paar- und Familienpsychologie*. Bern: Huber.
- Bodenmann, G. & Cina, A. (2000): Stress und Coping als Prädiktoren für Scheidung: Eine prospektive Fünf-Jahre-Längsschnittstudie. *Zeitschrift für Familienforschung*, 12 (2), S. 5-20.
- Bodenmann, G.; Bradbury, T.; Maderas, S. (2002): Scheidungsursachen und Verlauf aus der Sicht der Geschiedenen. In: *Zeitschrift für Familienforschung*, 14, 1, S. 5-20.
- Bodenmann, G.; Meyer, J.; Binz, G.; Brunner, L. (2004): Eine deutschsprachige Replikation der Paartypologie von Gottman. *Zeitschrift für Familienforschung*, 15 (2), S. 178-193.
- Bodenmann, G.; Ditzen, B.; Heinrichs, M. und Schaer, M. (2007): Emotionale und kardiovaskuläre Reaktionen von Paaren während einer paartherapeutischen Intervention. Eine Pilotstudie. *Zeitschrift für Psychiatrie, Psychologie und Psychotherapie*, 36 (4): 251–260.
- Bodenmann, G.; Cina, A. und Ledermann, T. (2007): The efficacy of the Couples Coping Enhancement Training (ccet) in improving relationship quality. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 8: 940–959.
- Booth, A.; Crouter, A.C.; Clements, M. (eds.) (2001): *Couples in conflict*. Mahwah, London: Lawrence Erlbaum.
- Booth, A.; Johnson, D.; White, L.; Edwards, J. (1986): Divorce and marital instability over the life course. *Journal of Family Issues*, 7, pp.421-442.
- Bradbury, T.N. & Karney, B.R. (1998): Längsschnittuntersuchungen zum Verlauf partnerschaftlicher Beziehungen. In: K. Hahlweg et.al. (Hg.): *Prävention von Trennung und Scheidung – Internationale Ansätze zur Prädiktion und Prävention von Beziehungsstörungen*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Bradbury, T.N.; Fincham, F.D.; Beach, S.R.H. (2000): Research on the nature and determinants of marital satisfaction: a decade in review. *Journal of Marriage and the Family*, 62, pp. 964-980.
- Braukhaus, C.; Saßmann, H.; Hahlweg, K. (2000): Erfolgsbedingungen von Partnerschaften. In: P. Kaiser (Hg.): *Partnerschaft und Paartherapie*. Göttingen: Hogrefe.
- Braukhaus, C.; Hahlweg, K.; Kröger, C.; Groth, T.; Fehm-Wolfsdorf, G. (2001): darf es ein wenig mehr sein? Zur Wirksamkeit von Auffrischungssitzungen bei der Prävention von Beziehungsstörungen. In: *Verhaltenstherapie-Praxis, Forschung, Perspektiven*, 11 (eins), S. 55-62
- Brisch, K.-H. & Hellbrügge, T. (2009): *Wege zu sicheren Bindungen in Familie und Gesellschaft*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Brüderl, J.; Diekman, A.; Engelhardt, H. (1999): Premarital cohabitation and marital stability in West Germany. *Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie*, 51 (4); S. 744-753.
- Buelmann, K.; Gottman, J.M.; Katz, L. (1992): How a couple views their past predicts their future: Predicting divorce from an oral history interview. *Journal of Family Psychology*, 5, pp. 295-318.
- Buunk, B.P. & Mutsaers, W. (1999): Equity perceptions and marital satisfaction in former and current marriage: a study among the remarried. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16 (1), pp. 123-132.

- Caldwell, B.E.; Wolley, S.R. ; Caldwell, C.J. (2007): Preliminary estimates of cost-effectiveness for marital therapy.
- Conger, R.D. et.al. (1990): Linking economic hardship to marital quality and instability. *Journal of Marriage and the Family*, 52, pp. 643-656.
- Cox, M, Paley, B., Payne, C.C. (1998): Der Übergang zur Elternschaft: Risiken und Schutzfaktoren bei Eheproblemen. In: K. Hahlweg et.al. (Hg.): *Prävention von Trennung und Scheidung – Interantionale Ansätze zur Prädiktion und Prävention von Beziehungsstörungen*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Crowell, J. & Treboux, D. (2001): Attachment security in adult partnerships. In: C. Clulow (ed.): *Adult attachment and couple psychotherapy*. Hove: Brunner Routledge.
- DeMaris, A. (2000): Till discord do us part: The role of physical and verbal conflict in union disruption. *Journal of Marriage and the Family*, 62 (3), pp. 683-692.
- Diekmann, A. & Klein, T. (1991): Bestimmungsgründe des Ehescheidungsrisikos. Eine empirische Untersuchung mit Daten des sozioökonomischen Panels. *Kölner Zeitschrift für Soziologie und Sozialpsychologie*, 2, S. 271-290.
- Diekmann, A. & Engelhardt, H. (1995): Die soziale Vererbung des Scheidungsrisikos: Eine empirische Untersuchung der Transmissionshypothese mit dem deutschen Familiensurvey. *Zeitschrift für Soziologie* 24, 3, S. 215-228.
- Diekmann, A. & Engelhardt, H. (2002): Alter der Kinder bei Ehescheidung der Eltern und die soziale Vererbung des Scheidungsrisikos. Bericht, Institut für Soziologie der Universität Bern.
- Dush, C.M.K.; Cohan, C.L.; Amato, P.R. (2003): The relationship between cohabitation and marital quality and stability: change across cohorts? *Journal of Marriage and Family*, 65, pp. 539-549.
- Eher, R. et.al. (2000): Umgang mit Partnerkonflikten bei Panikpatienten, Alkoholikern, Rheumatikern und Gesunden. *Psychiat Prax* 27, S. 189-194.
- Feeney, J.A. (1999): Adult romantic attachment and couple relationships. In: J. Cassidy & P.R. Shaver (eds.): *Handbook of attachment*, pp. 355-377. New York: Guilford Press.
- Fehm-Wolfsdorf, G.; Groth, T.; Kaiser, A.; Hahlweg, K. (1998): Partnerschaft und Gesundheit. In: K. Hahlweg et.al. (Hg.): *Prävention von Trennung und Scheidung – Interantionale Ansätze zur Prädiktion und Prävention von Beziehungsstörungen*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Fiedler, P., Backenstraß, M., Kronmüller & K., Mundt, C. (1998). Eheleiche Interaktion und das Rückfallrisiko depressiver Patienten – Eine Strukturanalyse ehelicher Beziehungsmuster mittels SASB. *Verhaltenstherapie*, 8 (1), 4 – 13.
- Filsinger, E.E. & Thoma, S.J. (1988): Behavioral antecedents of relationship stability and adjustment: A five-year longitudinal study. *Journal of Marriage and the Family*, 50, 785-795.
- Glenn, N.D. (1998): The course of marital success and failure in five American 10-year marriage cohorts. *Journal of Marriage and the Family*, 60, pp. 569-576.
- Gloger-Tippelt, G. & Ullmeyer, M. (2001). Partnerschaft und Bindungsrepräsentation der Herkunftsfamilie. In Walper, S. & Pekrun, R. (Hrsg.), *Familie und Entwicklung: Aktuelle Perspektiven der Familienpsychologie* (S. 181 – 199). Göttingen: Hogrefe.
- Gostomski, Ch. Babka v. (1998): Machen Kinder Ehen glücklich? *Zeitschr. F. Bevölkerungswissenschaft* 23 (2), 151-177
- Gostomski, Ch. Babka v.; Hartmann, J.; Kopp, J. (1998): Soziostrukturelle Bestimmungsgründe der Ehescheidung. *Zeitschr. F. Sozialisationsforschung u. Erziehungssoziologie* 18, S. 117-133.
- Gottman, J.M. (1993): The roles of conflict engagement, escalation and avoidance in marital interaction: A longitudinal view of five types of couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, pp. 6-15.
- Gottman, J.M. (1994): *What predicts divorce*. Hillsdale: Erlbaum.
- Gottman, J.M. & Krokoff, L.J. (1989): Marital interaction and satisfaction: A longitudinal view. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57, pp. 47-52.
- Gottman, J.M. & Levenson, R.W. (1992): Marital process predictive of later dissolution: Behavior, physiology and health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, pp. 221-233.
- Gottman, J.M. & Carrere, S. (1994): Why can't men and women get along? *Communication and Relational Maintenance*, 10, pp. 203-229.
- Gottman, J.M.; Coan, J.; Carrere, S.; Swanson, C. (1998): Predicting marital happiness and stability from newlywed interactions. *Journal of Marriage and the Family*, 60, pp. 5-22.
- Gottman, J.M. & Gottman, J.S. (2007): *And baby makes three. The six-step plan for preserving marital intimacy and rekindling romance after baby arrives*. New York: Three Rivers.
- Gräser, H., Brandstädter, J. & Felser, G. (2001). Zufriedenheit in Partnerbeziehungen: Analyse latenter Entwicklungsgradienten im 14-Jahres-Längsschnitt. In Walper, S. & Pekrun, R. (Hrsg.), *Familie und Entwicklung: Aktuelle Perspektiven der Familienpsychologie* (S. 200 – 216). Göttingen: Hogrefe.

- Grau, I. & Bierhoff, H.W. (1998): Tatsächliche und wahrgenommene Einstellungsähnlichkeit als Prädiktoren für die Beziehungsqualität. *Zeitschrift für Sozialpsychologie*, 29, S. 38-50.
- Grau, A. & Langer, M. (2013): Analyse von Paarinteraktionen anhand des Interactional Dimensions Coding System. Interaktion von Paaren im Konfliktgespräch im Zusammenhang zwischen Selbst- und Fremdeinschätzung. Bachelorarbeit, Katholische Hochschule Freiburg.
- Greenstein, T.N. (1990): Occupation and divorce. *Journal of Family Issues*, 6, pp. 347-357.
- Gröner, G. (2004): Struktur und Entwicklung der Ehescheidungen in Baden-Württemberg und Bayern. In: Hohenheimer Diskussionsbeiträge Nr. 2499, Universität Hohenheim, Stuttgart.
- Gurman, A.S. (2008): *Clinical handbook of couple therapy*, fourth edition. New York, London: Guilford.
- Hahlweg, K.; Baucom, D.H.; Bastine, R.; Markman, H.J. (Hg.) (1998): Prävention von Trennung und Scheidung – Internationale Ansätze zur Prädiktion und Prävention von Beziehungsstörungen. Stuttgart: Kohlhammer.
- Hall, A. (1997): „Drum prüfe wer sich ewig bindet“ – Eine empirische Untersuchung zum Einfluß vorehelichen Zusammenlebens auf das Scheidungsrisiko. *Zeitschr. F. Soziologie* 26, S. 275-295.
- Hartmann, P.H. (1989): Warum dauern Ehen nicht ewig? Eine Untersuchung zum Scheidungsrisiko und seinen Ursachen. Opladen: Westdeutscher Verlag.
- Heinrichs, N.; Bodenmann, G.; Hahlweg, K. (2008): Prävention bei Paaren und Familien. Göttingen: Hogrefe.
- Hennecke, C. et.al. (2004): Paare zwischen Liebe und Arbeit. Themenheft Psychotherapie und Sozialwissenschaft 6,2.
- Hetherington, E.M. & Elmore, A. (2004): The intergenerational transmission of couple instability. In: K. Kiernan; R. Friedman; P. Chase-Lansdale (eds.): *Human development across lives and generations: The potential for change*. (pp. 171-203). New York: Cambridge University Press.
- Hill, M. (1988): Marital stability and spouses' shared time. *Journal of Family Issues*, 9, pp. 427-451.
- Huston, T.L. & Vangelisti (1991): Socioemotional behavior and satisfaction in marital relationships: A longitudinal study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, pp. 721-733.
- Johnson, S.M. (2002) Marital problems. In D. Sprenkle (Ed.), *Effectiveness Research in Marriage and Family Therapy*, pp. 163-190. Alexandria, VA.: American Association for Marriage and Family Therapy.
- Kaiser, A.; Hahlweg, K.; Fehm-Wolfsdorf, G.; Groth, T. (1999): indizierte Prävention bei Beziehungs Störungen eines psychoedukativen Kompaktprogrammes für Paare. In: *Verhaltenstherapie-Praxis, Forschung, Perspektiven*, 9 (2), S. 76-85.
- Kalicki, B. et.al. (1999): Der Übergang zur Vaterschaft, Erkenntnisse aus der LBS-Familien-Studie. In: W. Fthenakis (Hg.): *Engagierte Vaterschaft*. Opladen: Leske und Budrich.
- Kandler, J. & Straus, F. (2000): Scheidungsberatung und Mediation helfen Kosten sparen. Methodik und Ergebnisse einer Kosten-Nutzen-Analyse. In: W. Buchholz-Graf & C. Vergho (Hg.): *Beratung für Scheidungsfamilien*. Weinheim: Juventa.
- Karney, B.R. & Bradbury, T.N. (1995): The longitudinal course of marital quality and stability: A review of theory, method and research. *Psychological Bulletin*, 118, S. 3-34.
- Karney, B.R. & Bradbury, T.N. (1997): Neuroticism, marital interaction, and the trajectory of marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72 (5), pp. 1075-1092.
- Kelly, C.; Huston, T.L.; Cate, R.M. (1985): Premarital relationship correlates of the erosion of satisfaction in marriage. *Journal of Social and Personal Relationships*, 2 pp. 167-178.
- Kelly, L.E. & Conley, J.J. (1987): Personality and compatibility: A prospective analysis of marital stability and marital satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, pp. 27-40.
- Kiecolt-Glaser, J.K., Fisher, L.D., Ogrocki, P., Stout, J.C., Speicher, C.E. & Glaser, R. (1987): Marital quality, marital disruption, and immune function. In *Psychosomatic Medicine*, 49, 13-34.
- Kiecolt-Glaser, J.K., Malarky, W.B., Chee, M., Newton, T., Cacioppo, J.T., Mao, H.-Y. & Glaser, R. (1993): Negative behavior during marital conflict is associated with immunological down-regulation. In: *Psychosomatic Medicine*, 55, 395-409.
- Kiecolt-Glaser, J.K. & Newton, T.L. (2001): Marriage and health: His and hers. In *Psychological Bulletin*, 127, 472-503.
- Kirchler, E. & Venus, M. (2000). Zwischen Beruf und Familie: Gerechtigkeit und Zufriedenheit mit der Aufteilung der Arbeit zu Hause. *Zeitschrift für Sozialpsychologie*, 31 (2), 113 – 123
- Knoester, C. & Booth, A. (2000): Barriers to divorce. When are they effective? When are they not? *Journal of Family Issues*, 21 (1), pp. 78-99.
- Krishnakumar, A.; Buehler, C. (2004): Interparental conflict and parenting behaviors: A meta-analytic review. *Family Relations*, 49 (1), pp. 25-44.
- Kröger, C. (2006): Institutionelle Paarberatung in Zeiten von Trennung und Scheidung – ein wirksames Angebot zur Stärkung familialer Beziehungskompetenzen. In: *Beratung Aktuell* 3, S. 145-193.

- Kröger, C.; Haslbeck, A.; Dahlinger, K.; Sanders, R. (2008): „Paare sind die Architekten der Familie“ Zur Bedeutung der Paarbeziehung für die Familienentwicklung. In: *Beratung Aktuell*, 3/08, S. 139-155.
- Kuh, D. & Maclean, M. (1990): Women's childhood experience of parental separation and their subsequent health and socioeconomic status in adulthood. *Journal of Biosocial Science*, 22, pp. 121-135.
- Kurdek, L.A. (1993): Predicting marital dissolution: A 5-year prospective longitudinal study of newly-wed couples. *Journal of Marriage and the Family*, 1, pp. 87-101
- Kurdek, L.A. (1998): The nature and predictors of the trajectory of change in marital quality over the first 4 years of marriage for first-married husbands and wives. *Journal of Family Psychology*, 12 (4), pp. 494-510.
- Lanver, C. & Steins, G. (2002). Eine Elaboration der Inhalte von Bindung. Gedankliche Beschäftigung und Bindungsstil in Partnerschaften. *Zeitschrift für Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 23 (1), 99 – 111.
- Larson, J.H. & Holman, T.B. (1994): Premarital predictors of marital quality and stability. *Family Relations*, 43, pp. 228-237.
- Law, D.D. & Crane, D.R. (2000): The influence of marital and family therapy on health care utilization in a health maintenance organisation. *Journal of Marital and Family Therapy*, 26 (3), pp. 281-291.
- Levenson, R.W. & Gottman, J.M. (1985): Physiological and affective predictors of change in relationship satisfaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 49, pp. 587-597.
- Lindahl, K.M., Malik, N.M., Bradbury, T.N. (1997): The developmental course of couples' relationships. In: W.K. Halford & H.J. Markman (eds.): *Clinical handbook of marriage and couples interventions*. New York: John Wiley.
- Lindahl, K.M.; Huston, T.L.; Markman, H.J. (1998): The development of marriage: a nine-year perspective. In: T.N. Bradbury (ed.): *The developmental course of marital dysfunction*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Lösel, F. & Bender, D. (1998): Risiko- und Schutzfaktoren in der Entwicklung zufriedener und stabiler Ehen: eine integrative Perspektive. In: K. Hahlweg et.al. (Hg.): *Prävention von Trennung und Scheidung – Interationale Ansätze zur Prädiktion und Prävention von Beziehungsstörungen*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Loschky, A. & Koch, A. (2013): Kinder aus getrennt lebenden Familien. Was müssen sie bewältigen? In: Weber, M.; Alberstötter, U.; Schilling, H. (Hg.): *Beratung von Hochkonflikt-Familien*. Weinheim: Beltz Juventa.
- Lutz, W. & Weinmann-Lutz, B. (2006): Wie gut können Scheidungen vorhergesagt werden? *Zeitschrift für Psychologie*, 214 (3), S. 161-171.
- Markman, H.J. (1984): The longitudinal study of couples interactions. In: K. Hahlweg & N.S. Jacobson (eds.): *Marital interaction. Analysis and modification*. New York: Guilford.
- Markman, H.J.; Renick, M.J.; Floyd, F.I.; Stanley, S.M.; Clements, M. (1993): Preventing marital distress through communication and conflict management training: a four- and five-year follow-up study. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, pp. 70-74.
- Markman, H.J. & Rhoades, G.K. (2012): RELATIONSHIP EDUCATION RESEARCH: CURRENT STATUS AND FUTURE DIRECTIONS. *Journal of Marital and Family Therapy*, Vol. 38, No. 1, 169–200
- Matthiesen, S. (2007): *Wandel von Liebesbeziehungen und Sexualität*. Gießen: Psychosozial.
- Nave-Herz, R. et.al. (1990): *Scheidungsursachen im Wandel*. Bielefeld: Kleine Verlag.
- Plack, K.; Kröger, C.; Hahlweg, K.; Klann, N. (2008): außerpartnerschaftliche Beziehungen-die individuelle Belastung der Partner und die partnerschaftliche Zufriedenheit nach dem erleben von Untreue. *Zeitschrift für klinische Psychologie und Psychotherapie*, 37 (4), S. 231-235.
- Reich, G. (2003). Depression und Paarbeziehung. *Psychotherapeut*, 48, 2 – 14.
- Roesler, C. (2016): Paarbeziehung als Bindung und Emotionsfokussierte Paartherapie (EFT). *Psychotherapeut*, 61(1), 43-48.
- Roesler, C. (2015a): Die begrenzte Wirksamkeit bisheriger Paartherapien verlangt neue Methoden. Paarinteraktions- und Wirkungsforschung und die Konsequenzen für die Praxis. *Familiendynamik* 40 (4), S. 336-345.
- Roesler, C. (2015b): *Psychosoziale Arbeit mit Familien*. Stuttgart: Kohlhammer.
- Rogge, R.D. & Bradbury, T.N. (1999): Till violence does u spart: The differing roles of communication and aggression in predicting adverse marital outcomes. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 67, 340-351.
- Rosenkranz, D. & Rost, H. (1998): Welche Partnerschaften scheitern? Prädiktoren der Instabilität von Ehen. *Zeitschrift für Familienforschung*, 10 (1), S. 47-69.
- Sanders, M.R.; Halford, W.K.; Behrens, B.C. (1999): Parental divorce and premarital couple communication. *Journal of Family Psychology*, 13, pp. 60-74.
- Schmidt, G.; Matthiesen, S.; Dekker, A.; Starke, K. (2006): *Spätmoderne Beziehungswelten*. Wiesbaden: VS.
- Schneider, N.F. (1991): Woran scheitern Partnerschaften? Subjektive Trennungsgründe und Belastungsfaktoren bei Ehepaaren und nicht-ehelichen Lebensgemeinschaften. *Zeitschrift für Soziologie*, 19, S. 458-470.

- Schneewind, K. (1998): Kinderwunsch und Konsequenzen der Elternschaft: Eine fünfjährige Längsschnittstudie. In: BMFSFJ (Hg.): Prävention von Trennung und Scheidung – Internationale Ansätze zur Prävention und Prävention von Beziehungsstörungen (Bd. 151, S. 105-132). Stuttgart: Kohlhammer.
- Snyder, D.K.; Heyman, R.E.; Haynes, S.N. (2005): Evidence-based approaches to assessing couple distress. *Psychological Assessment*, 17 (3), 288-307.
- Stanley, Scott M; Amato, Paul R.; Johnson, Christine A.; Markman, Howard J.(2006): Premarital education, marital quality, and marital stability: Findings from a large, random household survey.
- Thurmair, F.; Engl, J.; Hahlweg, K. (1998): Eheglück auf Dauer? Methodik, Inhalte und Effektivität eines präventiven Paarkommunikationstrainings-Ergebnisse nach fünf Jahren. In: *Zeitschrift für klinische Psychologie und Psychotherapie*, 28 (1), S. 54-62.
- Wagner, M. & Weiß, B. (2003): Bilanz der deutschen Scheidungsforschung. Versuch einer Meta-Analyse. *Zeitschrift für Soziologie*, 32 (1), S. 29-49.
- Weiss, R.L. & Heyman, R.E. (1997): A clinical research overview of couples interactions. In: W.K. Halford & H.J. Markman (eds.): *Clinical handbook of marriage and couples interactions* (pp. 13-41). John Wiley.
- Weißbrodt, T. (2005): Gemeinsame Zeit in Partnerschaften. In: *Zeitschrift für Familienforschung*, 17, S. 279-307.
- Whisman, M.A. & Uebelacker, L.A. (2006): Impairment and distress associated with relationship discord in a national sample of married or cohabitating adults. *Journal of Family Psychology*, 20 (3), pp. 369-377.
- White, L.K. (1990): Determinants of divorce: A review of research in the eighties. *Journal of Marriage and the Family*, 52 (4), 904-912.
- Widenfeldt, B.M. van (1995): The prediction and prevention of relationship distress and divorce. Dissertation, Katholieke Universiteit Nijmegen.
- Wilbertz, N. (2003): Ehe-, Familien- und Lebensberatung – heimlicher Liebling von Kämmerern, Sozialpolitikern und Unternehmensmanagern? *Beratung Aktuell*, 4, S. 220-229.

Übersicht über bestehende Präventionsprogramme für Paare

Zur Geschichte von Präventionsprogrammen für Paare (PPP)

Die Geschichte von Angeboten der Prävention und Intervention für Paarbeziehungen beginnt schon zu Beginn des 20. Jahrhunderts. Parallel zur zunehmenden Auflösung traditioneller Konzepte von Ehe und Paarbeziehung als in erster Linie als Wirtschaftsgemeinschaft begründet, entstand das Modell von Ehebeziehung als Partnerschaft mit einer zunehmenden Betonung der Wichtigkeit von Gefühlen und damit einhergehend einer zunehmenden Betonung der Qualität im Gegensatz zur Stabilität der Beziehung (Ponzetti 2016). Interessanterweise begannen so genannte Ehevorbereitungs- oder Eheerziehungsprogramme in den USA an Colleges und Universitäten. Schon Ende der Zwanziger- und Anfang der Dreißigerjahre gab es an unterschiedlichen Hochschulen und in verschiedenen Städten in den USA bereits mehrere derartige Angebote. Ein weiterer traditionell wichtiger Anbieter in diesem Bereich ist die katholische Kirche mit ihrer langen Tradition von Ehevorbereitungskursen. Vorläufer in der Geschichte der Präventionsprogrammen für Paare waren das in den USA 1968 von Miller/Nunnally/Wackman entwickelte Minnesota Couples Communication Program (MCCP), welches auf der Systemtheorie basierte und nicht-klinische Paare adressierte. 1977 richtete Guerney den Blick auf die empathische Gesprächsführung nach Carl Rogers und brachte das Conjugal Relationship Enhancement Program (CRE) u.a. in USA, Australien und China auf den Markt (vgl. Bodenmann & Kessler, 2011). Ab den 1970er Jahren befassten sich dann zunehmend psychologische Experten und Wissenschaftler mit der Entwicklung theoretisch begründeter und auch empirisch überprüfter Angebote. Ein erstes Beispiel ist das weiter unten genauer dargestellte PAIRS, das schon 1975 als ausgearbeitetes Angebot vorlag. Weitere schon in den siebziger Jahren ausgearbeitete und angebotene Programme waren Couple Communication und Relationship Enhancement. Etwas später entwickelte John Gottman aus seinen Forschungen über den Verlauf von Paarbeziehungen seine ersten „Art and Science of Love“ workshops sowie die „Sound Relationship House Theory“ und die darauf basierende „Marriage Clinic“ (siehe unten). Auch die Gruppe um Howard Markman an der Universität von Denver bezog sich auf diese Forschungsergebnisse und entwickelte daraus das Programm PREP (Prevention and Relationship Education Program), das heute zu den wahrscheinlich am weitesten verbreiteten Präventionsprogrammen zählt. Schon 1980 lagen geschätzte zwei Dutzend Programme vor, für die es bereits Evaluationsstudien gab. Diese wurden 1996 in den USA in der Coalition for Marriage, Family and Couples Education zusammengefasst. Im folgenden ein Überblick über die am meisten verbreiteten Programme:

Premarital Relationship Enhancement Programm (PREP)/Ein Partnerschaftliches Lernprogramm (EPL)

Autoren	PREP – seit 1984 – Markman, Floyd, Stanley, Jamieson EPL – seit 1992 –Thurmaier, Engl, Eckert & Hahlweg
Verbreitung	PREP: USA, Norwegen, Schweden, Israel, Estland, Chile, Korea, Südafrika, Dänemark, Kolumbien (vgl. Markman. University of Denver) EPL: kulturell adaptierte Form von PREP: Deutscher Sprachraum: Deutschland, Schweiz, Österreich, Luxemburg
Zielsetzungen	1. Verbesserung der Kommunikation 2. Problemlösung 3. Arbeit an beziehungsrelevanten Einstellungen und Erwartungen sowie deren klare und verständliche Verbalisierung 4. Engagement für die Partnerschaft 5. Erhöhung von Freude 6. Freundschaft und Aufmerksamkeit füreinander (vgl. Bodenmann, 2013)
Theoretische Grundlagen	Ansatzpunkt bei PREP und EPL ist, dass inadäquat gelöste Konflikte eine zentrale Rolle für die Partnerschaftszufriedenheit und -stabilität spielen (vgl. Bodenmann & Kessler, 2011). „The key to preventing marital distress, divorce, and unhappiness ist to reduce the risk factors and to increase the protective factors.“ (Markman, Stanley & Blumberg, 2010, S.30). Die Programme basieren auf operanten, sozialen und kognitiv-verhaltenstherapeutischen

	Lerntheorien (Bodenmann, 2013).
Grenzen	Pathogene Beziehungs- und Umwelteinflüsse (Bsp. Stress, Wohnsituation, Armut, Gewalt), die einen weiteren Nährboden für Partnerschaftsprobleme bilden können, finden keine Berücksichtigung. Weiterhin werden beziehungsrelevante Themen wie Liebe und Commitment (Nähe, Verbundenheit, Intimität) als elementares Fundament einer Beziehung nicht direkt gefördert.
Setting	1. PREP: Kursformat mit strukturiertem Aufbau: Sechs Module a 2 Std., Wochenendsitzung oder mehrmaligen zweistündigen Sitzungen, in großem Maße trainingsorientiert, Verhältnis 2 Paare: 1 Trainer, sowie ePREP (s. Kapitel 6.3) 2. EPL: Gruppensitzungen mit strukturiertem Aufbau: Fünf Module a 2 Std., meist als Wochenendkurs, in großem Maße trainingsorientiert, Verhältnis 2 Paarer: 1 Trainer, insg. 4-6 Paare Persönliche Themen besprechen Paare in eigenen Räumen. Hauptzielgruppe: Paare, welche heiraten möchten. Auffrischkurse zur Auffrischung der Kommunikationsfertigkeiten & Problemlösestrategien (vgl. Bodenmann & Kessler, 2011).
Wissensvermittlung	Vorträge, Videodemonstrationen, praktische Übungen, Hausaufgaben, schriftliches Material zum Selbststudium
Wirksamkeit	PREP und EPL sind ausführlich untersucht und ihre Effektivität empirisch bestätigt. Markman et al (1988, 1993) stellen die Ergebnisse ihrer Langzeitstudie dar und zeigen, dass Paare fünf Jahre nach Kursteilnahme längerfristig eine höhere Partnerschaftszufriedenheit, weniger Beziehungsprobleme, eine positivere Kommunikation, geringere sexuelle Schwierigkeiten und eine niedrigere Scheidungsrate aufweisen.

Paarlife (Freiburger Stresspräventionstraining für Paare – FSPT)

Autoren	Seit 1994 – Bodenmann
Verbreitung	Deutscher Sprachraum: Schweiz, Deutschland, Italien, Norwegen, Spanien, USA
Zielsetzungen	1. Verbesserung der Kommunikation und Problemlösung 2. Thematisierung der Bedeutung von paarextremem Stress für die Partnerschaft: Aus der Erkenntnis, dass die Qualität der Kommunikation unter Stress um ca. 40% abnimmt, ist ein alleiniges Training der Kommunikationsfertigkeiten nicht ausreichend (vgl. Bodenmann, 2000a). Die Längsschnittstudien von Bodenmann (2007) veranschaulichen, dass Paare, die in ihrem Alltag viel Stress erfahren und nur über unzureichende Stressbewältigungskompetenzen verfügen, einen ungünstigeren Partnerschaftsverlauf und ein höheres Trennungs- und Scheidungsrisiko haben. Das Kernelement von Paarlife ist daher die Verbesserung des individuellen und dyadischen Copings. Der Schwerpunkt liegt auf der Verbesserung der eigenen stressbezogenen Selbstöffnung gegenüber dem Partner (vgl. Bodenmann, 2013). 3. Bearbeitung von Themen wie Gerechtigkeit, Fairness sowie Distanz- und Nähe-Regulation.
Theoretische Grundlagen	Basiert auf operanten, sozialen und kognitiven Lerntheorien sowie auf der Grundlage der Stress- und Copingforschung bei Individuen und bei Paaren.
Grenzen	Liebe und Commitment (Nähe, Verbundenheit, Intimität) als elementares Fundament einer Beziehung wird nicht direkt gefördert, allerdings bietet Paarlife einen Abendkurs an, bei dem sich Paare mit diesen Themen auseinandersetzen können (Paarlife I).
Setting	Kursformat mit strukturiertem Aufbau: Sechs Module, in der Regel an einem Wochenende, 15 Std. Gesamtdauer, in großem Maße trainingsorientiert, Verhältnis 2 Paare: 1 Trainer, insg. 4-6 Paare, sowie DVD-gestützte Programme
Wissensvermittlung	Theoretische Inputs, diagnostische Elemente, veranschaulichende Videobeispiele, supervidierte Paarübungen im privaten Rahmen (vgl. Bodenmann & Kessler, 2011).
Wirksamkeit	Die Wirksamkeit von Paarlife wurde mittels einer Zwei-Jahres-Längsschnittstudie an 250 Paaren evaluiert. Signifikante Verbesserungen konnten in den Bereichen der individuellen Stressbewältigungskompetenzen, der dyadischen Fertigkeiten (partnerschaftliche Kommunikation, dyadische Bewältigung) sowie der Partnerschaftsqualität und -zufriedenheit sowohl kurz- wie längerfristig erzielt werden (vgl. Bodenmann, 2000b).

Couple Commitment and Relationship Enhancement (Couple CARE)

Autoren	Seit 2004- Halford, Moore, Farrugia, Wilson
Verbreitung	Australien, Kanada, USA
Ziel-setzungen	Angelehnt an PREP mit Fokus auf 1. effektive dyadische Kommunikation durch Förderung von Empathie / emotionalem Ausdruck (vgl. Bodenmann & Kessler, 2011). 2. angemessenes Konfliktmanagement 3. Stärkung des Commitments 4. Erwartungen an Partnerschaft 5. gemeinsame Zeit 6. gemeinsame Beziehungsziele und Selbstveränderung (vgl. Couple Care)
Theoretische Grundlagen	Grundlage sind operante, soziale und kognitive Lerntheorien und die Selbstregulation.
Grenzen	Umgang mit paarexternem Stress und dyadisches Coping wird nicht explizit gestärkt.
Setting	Sechs Einheiten mit Selbsthilfebuch und Telefon-Coaching, 12 Std. Gesamtdauer, Verhältnis 1:1, flexibles Format.
Wissens-vermittlung	flexible Präsentation in Form von vier Komponenten: - DVD (zeigt Modelle und Fähigkeiten in der Beziehung) - Ratgeber mit strukturierten Übungen zur Umsetzung - Entwicklung eines individuellen Selbstveränderungskonzepts - anschließenden Telefonanrufen eines Psychologen zur Besprechung des Fortschrittes (vgl. Wilson & Halford, 2008 zit. nach Bodenmann & Kessler, 2011)
Wirksamkeit	Halford et al. (2010) kamen bei der Evaluation des Couple CARE Programms zu dem Ergebnis, dass negative Paarkommunikation reduziert werden konnte. Zudem konnte das flexible Angebotsformat von Couple CARE vor allem bei Frauen einen positiven Einfluss auf die Beziehungszufriedenheit verzeichnen.

PREPARE/ENRICH (Olson & Olson 2016)

Auch dieses Programm gehört zu den älteren und wurde bereits vor 35 Jahren entwickelt. Mittlerweile hat das Programm sowohl in den USA als auch international über dreieinhalb Millionen Paare erreicht. Das Programm basiert auf systemtheoretischen Konzepten aus dem Bereich der Paar- und Familientherapie. Es beinhaltet ein sehr ausgearbeitetes theoretisches Konzept von Paarbeziehungen und den hier erforderlichen Bedingungen (das so genannte Circumplexmodell, es beinhaltet die Dimensionen: Kohäsion, Flexibilität und Kommunikation) und zeichnet sich durch ein im Vergleich zu anderen Programmen sehr ausführliches Assessment im Vorfeld der Intervention aus. Auf dieser Basis wird das Paar fünf empirisch ermittelten Typen von Paaren zugeordnet: vitale, harmonische, konventionelle, konfliktreiche, und devitalisierte. Auch hier aber werden, ähnlich wie bei den verhaltenstherapeutischen Programmen, Techniken und Fertigkeiten gelehrt und geübt.

RELATE (vgl. Ponzetti 2016)

Basiert stärker noch als andere Programme auf Erkenntnissen aus der empirischen Forschung über Paare sowie hier relevanten Faktoren von Qualität und Stabilität. Das Programm besteht vor allem in der Entwicklung und Anwendung von Instrumenten, mit denen Paare in eigener Regie ihre Stärken und Schwächen der Beziehung einschätzen können. Innovativ an dem Programm ist, dass es schon seit einigen Jahren als Onlineformat verfügbar ist (www.relate-institute.org), so dass Paare mit einem sehr leichten Zugang sich konstruktiv mit der eigenen Paarbeziehung beschäftigen und Unterstützung finden können.

In Deutschland finden derzeit vor allem „Ein Partnerschaftliches Lernprogramm“ (EPL) und „Paarlife“ Anwendung. Paarlife ist angegliedert an die Universität Zürich und bietet neben einer DVD zum Eigentaining geleitete Kurse an (vgl. Paarlife. Was Paare stark macht, 2015). EPL wird deutschlandweit von Einrichtungen der katholischen Kirche angeboten. Allerdings muss betont

werden, dass in Deutschland bislang nur ein schmaler Ausschnitt der vorhandenen Programme überhaupt zur Anwendung kommt. Es ist davon auszugehen, dass weltweit über 100 Präventionsprogramme für Paarprobleme vorliegen und in unterschiedlichen Kontexten zur Anwendung kommen. Bei weitem nicht alle, allerdings doch eine erhebliche Zahl dieser Programme sind empirisch auf ihre Wirksamkeit gut untersucht und bestätigt (Ponzetti 2016). Dabei stützen sich diese Programme auf sehr unterschiedliche theoretische und methodologische Hintergründe. Die bislang in Deutschland etablierten Programme sind in der Regel lerntheoretisch basiert und arbeiten mit verhaltenstherapeutischen Techniken des Übens von Kommunikationsfertigkeiten und kognitiven Problemlösetechniken. Dabei hat sich in den letzten Jahren in der Forschung gezeigt, dass diese auf Kommunikation fokussierenden Programme durchaus nicht immer nur positive Effekte für die beteiligten Paare mit sich bringen, sondern bei einer nicht geringen Anzahl von Paaren die Probleme eher noch verstärken:

„There has been a long-standing emphasis on communication and problem-solving skills in the RME (relationship and marriage education) literature. The stronger emphasis on communication as dominant may need to be tempered by other elements that make relationships work. For example, a current practice is to use skill training methods to help couples enhance their communication, but a strong emphasis on a particular set of communication skills may inadvertently sensitize couples to deficits in their relationship. ... Only producing a handful of significant effects raises a number of questions. One disturbing possibility is whether RME is substantial enough an intervention to produce measured effects. Another question is whether researchers are measuring the wrong things as outcomes. While communication and problem-solving may be important, perhaps other variables pertaining to the deeper inner life of the couple may deserve greater attention. For example, interpersonal virtues and transformative factors received less attention, and are maybe more at the heart of what happens when both partners attend to marital growth processes. Such factors may undergird why couples seek to communicate and handle issues between them respectfully, which may have little to do with interpersonal skills themselves” (Ponzetti 2016, pp. 18/19).

Daher soll im folgenden der Blick auf solche Programme gerichtet werden, die andere als nur lerntheoretisch-behavioristische Theorien als Hintergrund für die Programmgestaltung haben.

Ein Beispiel für ein älteres, in den USA gut etabliertes und auch empirisch bestätigtes Programm ist: **Practical application of intimate relationship skills (PAIRS)** (DeMaria & Hannah 2003). Dieses integriert in seinem theoretischen Hintergrund psychodynamische, humanistisch-erfahrungsorientierte, systemische und verhaltenstherapeutische Elemente und bietet ein breites Spektrum an Anwendungsformen; am oberen Ende der Skala steht ein halbjähriges intensives Paar-Gruppenprogramm, es gibt aber auch 2-7-tägige Workshops und Angebote für spezifische Zielgruppen wie z.B. Jugendliche und junge Erwachsene. Auch in diesem Programm werden Kommunikationsfertigkeiten geübt; allerdings liegt der Schwerpunkt mehr darauf, den Partnern miteinander eine neue emotionale Erfahrung der Öffnung und Verbindung zu vermitteln. Dabei wird auch sehr stark mit körperorientierten Übungen gearbeitet. Zudem liegt dem Programm ein Konzept zu Grunde, das den englischen Titel "emotional literacy" trägt, was man in etwa übersetzen kann mit der Fähigkeit, eigene Emotionen und die des Partners differenziert wahrzunehmen, emphatisch "lesen" zu können und darauf mit einer emotionalen Responsivität reagieren zu können. Der Vorteil dieses Programms ist, dass auch Paare mit ernsthaften Konflikten hier eine intensive Begleitung und therapeutische Bearbeitung ihrer Probleme angeboten bekommen. Das Programm ist mittlerweile in mehreren empirischen Untersuchungen in seiner Effektivität bestätigt worden (Überblick bei DeMaria & Hannah 2003)

Seit einigen Jahren sind darüber hinaus Programme, die auf der Anwendung der Bindungstheorie auf erwachsene Paarbeziehungen basieren, zunehmend im Aufwind (Roesler 2015; 2016). Ein sehr frühes Modell in diesem Bereich war das **Relationship Attachment Model (RAM)** (van Epp & van Epp Cutlin 2016). Ähnlich wie EFT nimmt es an, dass eine Paarbeziehung am besten als Bindungsbeziehung charakterisiert werden kann und leitet daraus ein kohärentes Modell der Paarbeziehung und hilfreiche Interventionsmöglichkeiten ab. Aus diesem Modell abgeleitet sind zwei Interventionsprogramme: **PICK (Premarital interpersonal choices and knowledge)** und **LINKS (Lasting Intimacy through nurturing, knowledge and skills)**. Das erste zielt darauf ab, junge

Menschen insbesondere bei der Wahl eines Partners für eine dauerhafte Paarbeziehung zu informieren und zu unterstützen. Das zweite ist darauf ausgerichtet, Partner in einer bestehenden dauerhaften Paarbeziehung dabei zu unterstützen, die Verbindung zwischen beiden in einem guten Sinne aufrechtzuerhalten und damit der Paarbeziehung Stabilität zu verleihen. Zwar werden auch in diesem Programm Kommunikation und Problemlösetechniken gelehrt und geübt, es wird aber darauf hingewiesen, dass dies für die Aufrechterhaltung einer gelingenden Beziehung nicht allein ausreichend ist. Vielmehr wird im Programm zum einen das Bindungsmodell als Basis der Paarbeziehung den Paaren vermittelt und die Bedeutung von Gefühlen für den anderen, deren Pflege und Aufrechterhaltung betont. Dem Paar wird mithilfe eines assessments eine Einordnung der eigenen Beziehung in fünf Typen von Bindungsbeziehung angeboten und daraufhin konkrete Anleitung gegeben für ein besseres Verständnis der Gefühle und Bedürfnisse des anderen in der Beziehung und praktische Übungen zur Pflege der Beziehung.

Der mittlerweile bekannteste Bindungsbasierte Ansatz in der Paartherapie und in der Prävention von Paarproblemen ist die Emotionsfokussierte Paartherapie (EFT) von Susan Johnson. Hier wird davon ausgegangen, dass die Paarbeziehung zweier erwachsener Menschen eine Bindungsbeziehung darstellt, und es insbesondere bei Konflikten zwischen den Partnern immer wieder um die Fragen geht: Bist du für mich da? Bin ich dir wichtig? Wirst du zu mir kommen, wenn ich dich brauche? „Diese Sehnsucht nach emotionaler Verbundenheit zu den Menschen, die uns am nächsten stehen, ist die emotionale Priorität schlechthin, deren Wichtigkeit sogar den Nahrungs- und den Sexualtrieb übertrifft.“ (Johnson, 2011, S. 56). Ansatzpunkt der EFT ist es, diese emotionale Verbundenheit anzuerkennen, um dann eine sichere und zuverlässige emotionale Verbindung (wieder-) herstellen (vgl. Johnson, 2011).

Neben dem Paartherapiekonzept gibt es ein präventives Gruppenkonzept für Paare mit dem Titel **Hold me tight (Halt mich fest)**. Zielsetzungen des Programms sind: Liebe und Bindung verstehen; Engagement und Verbundenheit entwickeln, sich einlassen und in Verbindung treten; Verstehen wie es zu Spannungen und Konflikten kommt und die eigenen sensiblen Punkte finden und verstehen; Lernen, wie man aus negativen Interaktionsmustern aussteigt; Verletzungen vergeben und Vertrauen aufbauen; durch Berührung und Sex eine Verbindung schaffen; Die Liebe lebendig erhalten.

Setting: Gruppentraining am Wochenende, von Paartherapeuten angeleitet, 4-8 Paare. Im Mittelpunkt stehen sieben transformierende Gespräche mit dem Partner. Feedbackrunden für Fragen und Erfahrungsaustausch. Wissensvermittlung: Theorieeinheiten zu allen Lernzielen und Inhalten, Videofragmente von Paaren im Gespräch. Die Wirksamkeit von EFT ist empirisch exzellent bestätigt, dies gilt als der derzeit effektivste Paartherapieansatz weltweit mit einer Besserungsrate bei den Paaren von 80 %. Auch das Gruppenprogramm wurde empirisch untersucht und hat sich als wirksam erwiesen, insbesondere bei psychischen oder gesundheitlichen Problemen eines Partners kommt das Programm in den USA und Kanada häufig zur Anwendung und hat sich hier bei bestimmten Störungen sogar der Behandlung im Einzelsetting als überlegen erwiesen (z.B. Bei der Behandlung traumatisierter Kriegsveteranen; Rheem et.al 2008).

Alle diese hier genannten Programme sind über die Jahre hinweg intensiv beforscht und empirisch gut evaluiert worden, alle weisen signifikante Verbesserungen in den Präventionsgruppen gegenüber Kontrollgruppe auf (Überblick bei Ponzetti 2016).

In England sind insbesondere psychodynamisch basierte Präventionsprogramme für Paare verbreitet, die insbesondere vom Tavistock centre for couple relationships (TCCR) entwickelt wurden (Balfour et.al. 2012). Ein im Vergleich zu den herkömmlichen Programmen recht innovativer Ansatz ist dabei, Gruppenprogramme für solche Paare anzubieten, die nicht in erster Linie Unterstützung für Ihre Paarbeziehung suchen, sondern als Eltern mit Fragen der Erziehung ihrer Kinder beschäftigt sind. In diesen Gruppen treffen sich 4-6 Elternpaare unter der Anleitung eines klinisch ausgebildeten Professionellen aus dem Bereich Psychologie, Psychiatrie oder Psychotherapie. Im Mittelpunkt steht nicht in erster Linie die Vermittlung bestimmter Kompetenzen oder Fertigkeiten, vielmehr wird von den Fragen ausgegangen, die die Paare als Eltern beschäftigen, um auf diese Weise dahinterliegende Themen der Paarbeziehung herauszuarbeiten und in der Gruppe zu bearbeiten bzw. hier Unterstützung anzubieten. Diese Programme wurden für Eltern mit Kindern in unterschiedlichen Altersphasen angeboten (Becoming a Family, Schoolchildren and their Families, Supporting Father

involvement). Die Programme wurden über drei Jahrzehnte hinweg in kontrollierten Studien empirisch untersucht und zeigten signifikante Unterschiede, auch auf lange Sicht, zwischen der Interventions- und der Kontrollgruppe (Übersicht bei Balfour et al. 2012). Es konnte gezeigt werden, dass insbesondere an den Übergangspunkten im Familienzyklus, z.B. Schuleintritt des ersten Kindes, die normalerweise absinkende Qualität der Paarbeziehung in den Interventionsgruppen auf einem guten Niveau gehalten werden konnte, Erziehungsstile waren hier akzeptierender, strukturierter, und von weniger Disziplinierung geprägt. Interessant war aber darüber hinaus, dass nicht nur eine Verbesserung der Paarbeziehung, sondern auch der kindlichen Entwicklung durch die Interventionsgruppen geleistet werden konnte; hier zeigten die Kinder weniger Probleme im sozialen, schulischen und emotionalen Bereich über die nächsten zehn Jahre nach der Durchführung der Gruppe als die Kinder in der Vergleichsgruppe.

Fazit für die Situation in Deutschland

Zwar haben sich die im deutschen Sprachraum etablierten Programme als wirksam erwiesen, erreichen aber eine viel zu geringe Zahl an Teilnehmern (vermutlich weniger als ein Prozent der relevanten Bevölkerungsgruppe). Zudem stellen die etablierten Programme nur einen schmalen Ausschnitt der vorhandenen Präventionsmöglichkeiten dar und sind möglicherweise auch deshalb für einen Teil der Klientel nicht geeignet oder erreichen hier nur geringe Effekte. Es liegen aber in anderen Ländern eine Vielzahl ausdifferenzierte Programme mit anderen konzeptionellen Hintergründen und spezifischen Wirkmechanismen abgestimmt auf bestimmte Zielgruppen vor, die die Versorgung in Deutschland differenzieren und verbessern könnten. Es erscheint also wichtig, an dieser Stelle das Angebotspektrum von PPP in Deutschland zu erweitern und zu diversifizieren.

Wirksamkeit von Prävention bei Paarproblemen

Meta-Analysen zeigen, dass übungsorientierte Präventionsprogramme („skills-training couples relationship education - CRE“) mit hohen Effektgrößen von $d > 0.7$ bezüglich einer Verbesserung der Beziehungskompetenzen einhergehen (vgl. Carroll & Doherty, 2003; Fawcett et al., 2006, zit. nach Halford et al., 2008). Ferner konnten Carroll & Doherty (2003) und Fawcett et al. (2006) eine kurzfristige, moderate Steigerung der Beziehungszufriedenheit mit einer Effektgröße von $d = 0.4 - 0.5$ verzeichnen (vgl. Halford et al., 2008).

Die Auswertung einer großen Umfrage von Stanley, Amato, Johnson & Markman (2006) zeigte, dass die Teilnahme an einem Präventionsprogramm mit einer zurückgehenden Anzahl an Scheidungen, weniger selbstberichteten Konflikten, höherer Zufriedenheit mit der Partnerschaft und größerem Commitment / Engagement für den Ehepartner verbunden ist (vgl. Bradbury & Lavner, 2012). Stanley et al. haben in einer Studie mit 3000 US-amerikanischen Familien festgestellt, dass die Scheidungsraten in den ersten fünf Ehejahren um 30% niedriger waren, wenn das Paar ein Ehevorbereitungskurs absolviert hatte (vgl. Stanley et al., 2006a, zit. nach Van Acker, 2008, S.49).

In einer Langzeitstudie mit einem Follow-Up nach 11 Jahren ermittelten Hahlweg & Richter (2010) die Wirksamkeit des deutschen Präventionsprogrammes EPL. In der ersten Studie zeigten die Paare, die einen Kurs absolviert hatten, erheblich niedrigere Scheidungs- und Trennungsraten (27,5 %) im Vergleich zu der Kontrollgruppe, die keinen Kurs besucht hatten (52,6%). Diese Befunde wiederholten sich in einer zweiten Studie, die eine 20%-ige Trennungsraten bei EPL-Paaren nachgewiesen hat. Ferner konnte gezeigt werden, dass 80% der Paare, die 11 Jahre nach Kursteilnahme noch zusammen waren, eine glückliche Beziehung führten, trotz der Tatsache, dass sich lediglich 55% an eine der im Kurs vermittelten Sprecherregeln und 70% an eine Zuhörerregel erinnern konnten.

Aus der Vielzahl von Präventionsangeboten können heute die bislang bereits oben genannten als empirisch fundiert betrachtet werden (Überblick bei Markman & Rhoades 2012; Hawkins 2016). Von diesen sind wiederum im wissenschaftlichen Sinne evidenzbasiert wirksam, d. h. mit mehreren Studien empirisch in ihrer Wirksamkeit überprüft: PREP, Relationship Enhancement (RE), The Couple Communication Program (CC), Strategic Hope-Focused Enrichment, Couple CARE, Association for Couples in Marriage Enrichment und das Freiburger Stresspräventionstraining (FSPT) (Heinrichs,

Bodenmann u. Hahlweg 2008). Legt man das statistische Maß der Effektstärke zu Grunde, so liegt die Wirksamkeit der ersten sechs Programme der obigen Aufzählung im mittleren Bereich.

In einer Metaanalyse zur Effektivität von Enrichment-Programmen zeigte sich eine gemittelte Effektstärke von $d = 0.20$. Eine Analyse der Studien der kompetenzorientierten Programme (Verbesserung der Kommunikationsfähigkeit) ergab eine gemittelte Effektstärke von $d = 0.62$. Hahlweg und Markman (1988) stellten für kognitiv-verhaltenstherapeutische Programme eine gemittelte Effektstärke von $d = 0.79$ fest. Combs, Bufford, Campell und Halter (2000) geben Effektstärken eines kognitiv-verhaltenstherapeutischen Enrichmentprogramms bezüglich der Partnerschaftsqualität von $d = 0.95$ zum Zeitpunkt der Postmessung und von $d = 0.78$ zum Zeitpunkt des Follow-Up's an. Vergleichbar hohe Effektstärken werden von Widmer et al. (2005) für das FSPT berichtet.

Heinrichs et al. (2008) weisen auch darauf hin, dass zwar die allgemeine Wirksamkeit von Präventionsprogrammen für Paare heute als gut dokumentiert gilt. Die Frage nach den Wirkungsprozessen und Wirkungsmechanismen ist aber bisher kaum untersucht. Markman et al. (1987) gingen dieser Frage nach und stellten drei Hauptaspekte eines effektiven und umfassenden Präventionsprogramms fest:

Die Entwicklung und Einübung konstruktiver Kommunikations- und Problemlösungsmuster.

Die Klärung und Modifikation von beziehungsrelevanten Einstellungen.

Die Erweiterung sexuell-sinnlicher Kenntnisse und Einstellungen (dies wären Giddens' „ars erotica“).

Demnach ist die Steigerung von Kompetenzen, um Stress und Konflikte beziehungsförderlich zu lösen, eines der Hauptziele der Präventionsprogramme, um damit das Scheidungsrisiko zu vermindern. Jedoch steht auch hier eine breite empirisch überprüfte Wirksamkeit noch aus.

Widmer, Bodenmann u. Cina (2001) gingen der Frage nach, ob eine Erhöhung der dyadischen Kompetenz mit einer höheren Partnerschaftsqualität nach der Teilnahme am Präventionsprogramm zusammenhängt. Nun stützten ihre Ergebnisse die „Kompetenz-Hypothese“ nur teilweise. So hing die subjektiv erfolgte Kompetenz kaum direkt mit der Partnerschaftsqualität zum Post-Messzeitpunkt (nach zwei Wochen) und dem Follow-Up Messpunkt (nach 1 Jahr) zusammen. Jedoch zeigte sich, dass eine Kompetenzerhöhung mit einer höheren Motivation, diese Kompetenzen anzuwenden und diese ihrerseits mit einer höheren effektiven Anwendungshäufigkeit einherging. Nach diesem Befund spielt nicht so sehr die eigentliche Kompetenzverbesserung die entscheidende Rolle, sondern die Anwendungskompetenz im Alltag (Heinrichs, Bodenmann u. Hahlweg 2008, S. 124-125).

Auch Schilling et al. (2003) gelangten in einer Studie zu den Wirkmechanismen zu dem sehr überraschenden Ergebnis, dass eine Verbesserung der positiven Kommunikation bei Frauen – entgegen der Forschungshypothese – ein erhöhtes Risiko für eine Verschlechterung der Partnerschaft innerhalb von fünf Jahren vorhersagte. Dies wurde in zwei Replikationsstudien verifiziert und differenziert. Dabei stellte man fest, dass Frauen, die eine extreme Veränderung im positiven Kommunikationsverhalten zeigten, eben dieses erhöhte Verschlechterungsrisiko hatten (zit. n. Heinrichs, Bodenmann und Hahlweg 2008, S. 125-126).

Die Frage ist, wie diese paradoxen Effekte bei den nachgewiesenermaßen hohen Effektstärken zumindest zum Zeitpunkt der Beendigung des Programms (nicht im follow-up) zu Stande kommen. In ihrer Metaanalyse untersuchten Hawkins et al. (2008) die Wirksamkeit von Präventionsprogrammen von Paaren bezüglich zweier Wirkungsweisen: der Qualität der Beziehung und der Kommunikationsfertigkeiten. Die Metaanalyse umfasste 113 englischsprachige und vier anderssprachige Studien und mehr als 500 Effektstärken. Dabei bezogen sie nicht nur die veröffentlichten, sondern auch unveröffentlichte Studien mit ein, die häufig niedrigere Effektstärken oder gar keine Signifikanzen ergeben. Die Effektstärken für die Qualität der Beziehungen in den experimentellen Studien reichten von $d = 0.43$ bis zu $d = 0.45$. Bei den quasi-experimentellen Studien waren die Effektstärken geringer, doch dies konnte auf die Gruppendifferenzen beim Pretest zurückgeführt werden. Programme mit mittlerer Intensität ergaben eine größere Effektstärke als die mit niedrigerer Intensität. Für die Kommunikationsfertigkeiten ergab sich, dass veröffentlichte Studien größere Effekte hatten als unveröffentlichte Studien in der Follow-Up-Untersuchung. Bezüglich der Beziehungsqualität bestand der Unterschied zwischen veröffentlichten Studien und unveröffentlichten Studien nicht. Jedoch bestand die Metaanalyse fast nur aus Studien, die in der

Mittelschicht durchgeführt wurden, d.h. es gab einen Mangel an ethnisch und ökonomisch unterschiedlichen Probanden, und die Wirksamkeit von Präventionstrainings kann nicht ohne weiters auf benachteiligte Paare übertragen werden. Erwähnenswert ist auch, dass Ergebnisse, die eventuell für politische Entscheidungsträger wichtig wären, wie die Stabilität der Beziehung oder die Aggression in der Beziehung, wenig berücksichtigt wurden.

2009 veröffentlichte dieselbe Autorengruppe (Blanchard, Hawkins, Baldwin und Fawcett), nun aber unter der Leitung von Victoria L. Blanchard eine Metaanalyse, um die positive Wirkung der Paarpräventionsprogramme auf die Kommunikationsfertigkeiten zu untersuchen. In dieser Metaanalyse wurden 143 Evaluationsstudien ausgewertet. Dabei fanden die AutorInnen Belege in mittlerer Stärke dafür, dass Präventionsprogramme für Paare sowohl in Form einer allgemeinen Prävention als auch in Form einer speziellen oder indizierten Prävention wirksam sind. Dabei zeigten die Präventionsprogramme sowohl Effekte bei später erfolgten Follow-Up-Untersuchungen bei gut funktionierenden Paarbeziehungen und einem „Postassessment“ als auch bei zeitnah erfolgten Follow-Up-Untersuchungen für Paare mit Problemen. Zudem stellen die Autoren auch fest, dass die untersuchten Paare die Fähigkeit hatten, das gelernte Kommunikationsverhalten in speziellen Problemlöse-Übungen in der „Laborsituation“ anzuwenden. Unklarer ist jedoch, inwieweit die Paare diese Fertigkeiten auch in ihrer alltäglichen Kommunikation anwenden können oder werden. Auch fanden die Autoren heraus, dass die Fremdeinschätzung größere Effekte erzeugte als die Selbsteinschätzung.

Neuere Analysen der Differentiellen Effekte von solchen Programmen, die hauptsächlich auf der Vermittlung von Kommunikationsfertigkeiten und Problemlösetechniken basieren, zeigen, dass diese Programme paradoxe und negative Effekte in Abhängigkeit von der spezifischen Belastung der Klientel produzieren können (Wadsworth & Markman 2012). So zeigte sich, dass insbesondere bei Frauen Verbesserungen der Kommunikationskompetenz paradoxerweise mit einer Verschlechterung der Beziehungsqualität korreliert waren; Veränderungen der negativen Kommunikation bei der Frau hatten dabei keine Auswirkungen auf eine Verbesserung des Beziehungsstatus; liegt ein klinisches Niveau von Depression bei einem der Partner vor, hat die Anwendung des Programms keine positiven Effekte mehr – daraus schlussfolgern die Autoren, dass derartige Programme für Klienten mit klinischen Auffälligkeiten im Bereich psychischer Störungen nicht geeignet sind; bei Vorliegen manifester Aggression in der Paarbeziehung zeigen sich ebenfalls negative Effekte der Programme: hier bewirkt das Programm eine Steigerung der Scheidungsrate auf 34,1 % gegenüber einer Kontrollgruppe, die das Programm nicht absolvierte, mit einer Scheidungsrate von nur 11,8 %.

Schließlich spielt das Ausmaß der Belastung des Paares vor der Anwendung des Programms eine entscheidende Rolle dabei, ob das Paar von dem Programm profitieren wird oder nicht: liegt das Ausmaß negativer Kommunikation über dem Median der Stichprobe, dann steigert die Anwendung des Programms die Scheidungsrate in diesem Teil der Stichprobe deutlich gegenüber der Kontrollgruppe.

In seinen Studien über den Verlauf von Paarbeziehungen hat Gottman ähnliche negative Effekte bestimmter Kommunikationstechniken schon früher festgestellt: “It turns out that after researching active listening as a predictive variable in relationship satisfaction, active listening exchanges, as commonly taught to couples in workshops and in the therapy room, occurred only 4.4% of the time for couples; furthermore, these changes didn't predict anything. After qualitative analysis with another research cohort of couples with happy and stable relationships, Gottman found again that couples were not paraphrasing what their partners were saying, nor were they summarizing their partner's feelings. A response to negativity was more about processing their own reactions rather than their partners emotions. While there was no evidence to support the active listening hypothesis, Gottman did discover in subsequent research that how couples managed negativity was highly predictive of relationship health. He found that negativity was met with negativity in stable relationships, but in distressed relationships that negativity escalated and presented as a very different trajectory. While active listening undoubtedly is a core therapeutic skill in the therapy room that facilitates empathy and connection between client and counselor, it turns out it is a lot easier to respond empathically when the listener is not the one being talked about. ... Instead of emphasizing active listening in managing conflict, this research suggests the importance of teaching couples ways

to manage physiological arousal and escalating anger.” (Navarra, Gottman & Gottman 2016, pp.94/95).

Als Fazit aus dieser Forschung lässt sich festhalten: Insgesamt betrachtet haben Präventionsprogramme zwar durchaus empirisch nachweisbare Effekte mit moderaten Effektstärken, allerdings verbessern Sie nicht bei allen Paaren im gleichen Maße wie die Veränderung der Kommunikationsfertigkeiten auch die Qualität in der Paarbeziehung, und bei manchen Paaren haben sie geradezu negative Effekte. Insofern müsste vor der Anwendung von Kommunikationstrainings für Paare eigentlich eine gründliche Diagnostik auf das Vorliegen klinisch relevanter Störungen wie Depression, Angststörungen oder auch das Vorliegen manifester Aggression stattfinden. Darüber hinaus legt die Forschung nahe, dass entscheidender als spezifische Fähigkeiten im Bereich der Kommunikation oder des Problemlösens Fähigkeiten zur Emotionsregulation zu sein scheinen. Seit einigen Jahren wird das aus der Bindungstheorie hervorgegangene Konzept Mentalisierung an dieser Stelle erwähnt, um die für eine gute Qualität und dauerhafte Stabilität von Paarbeziehungen erforderlichen Fähigkeiten zu umschreiben. Mentalisierung meint die Fähigkeit, eigene Emotionen, Bedürfnisse und Wünsche in sich selbst wahrnehmen und angemessenen ausdrücken zu können, ebenso wie Emotionen und Bedürfnisse beim Partner empfinden, anerkennen und darauf antworten zu können. Die durch Kommunikationstrainings erreichten Verbesserungen könnten damit zusammenhängen, dass insbesondere der Aspekt der Kommunikation dieser wahrgenommenen Emotionen und Bedürfnisse zwischen den Partnern besser gelingt. Kommunikations- und Problemlösetrainings verbessern aber nicht gezielt die Mentalisierungsfähigkeiten der Partner. Hier sind emotionsfokussierte Techniken, die auf eine Stärkung der emotionalen Verbindung und Offenheit zwischen den Partnern hinarbeiten und die die gegenseitige Einfühlungsfähigkeit schulen, offenbar sehr viel sinnvoller.

Anpassung der Angebote an besondere Zielgruppen

Es war schon als ein zentrales Problem der bestehenden Programme und ihrer Verbreitung erwähnt worden, dass sie in den vorhandenen Angebotskontexten häufig nur Mittelschichtpaare mit eher hohem Bildungsstand und vermutlich eher mittlerer bis geringerer Belastung erreichen. Eine zentrale Frage ist daher, wie man die als wirksam erkannten Programme weiterverbreiten kann, so dass sie auch eher benachteiligte Gruppen erreichen. Hier hat man sich in verschiedenen Ländern bemüht, die bestehenden Programme an spezifische Nutzergruppen anzupassen.

In einigen Ländern, darunter auch Deutschland, gibt es Modifikationen für diverse Risikogruppen. Programme wie „CanCOPE“, „Seite an Seite“ oder „Helping couples cope with women’s cancer“ setzen ihren Fokus auf das dyadische Coping bei Paaren, bei denen einer an einer Krebskrankheit leidet. Für Patchwork-Familien wurden Programme wie „Scheidung als Wiederbeginn“ oder das „Seminar für Getrenntlebende und Geschiedene“ konzipiert. Zentral ist hierbei die Klärung und Verarbeitung der früheren Partnerschaft sowie Unterstützung bei der Anpassung des Kindes an die neue Situation. Schon oben war erwähnt worden, dass in England ein Angebot für Paare gemacht wird, die Eltern sind, die nicht von sich aus Paarberatung oder Paartherapie aufsuchen würden, denen man aber ein Interventionsangebot macht hinsichtlich ihrer Konflikte über Erziehungsfragen. In Deutschland ist „Wir werden Familie - Ein Kurs zur Vorbereitung auf die erste Elternschaft“ das bekannteste Präventionsprogramm für werdende Eltern (Reichle 1999). „Becoming Parents – How to strengthen your Marriage as Your Family Grows“ ist ein amerikanisches Programm als modifizierte Variante von PREP. Jordan et. al erweiterten es um Elemente, die die spezifischen Belange von frisch gewordenen Eltern adressieren (vgl. Jordan, Stanley & Markman, 2001).

Präventionstrainings für Paare bei einkommensschwächeren Gruppen

In ihrem Artikel „The Challenges of Offering Relationship and Marriage Education to Low-Income Populations“ stellen die Autorinnen Theodora Ooms und Pamela Wilson fest, dass die meisten Präventionstrainings zunächst für Paare aus der Mittelschicht entwickelt worden sind. Jedoch stellt sich aufgrund der zunehmenden staatlichen Förderung dieser Programme in den USA die Frage,

inwieweit sie für Paare aus einkommensschwachen Schichten verändert und an deren spezielle Bedürfnisse angepasst werden müssen (Ooms & Wilson 2004). Der Begriff einkommensschwache (low-income) Paare umfaßt grob betrachtet zwei Gruppen: a. die „Armen“, deren Einkommen unter der staatlich definierten Armutsgrenze liegt und die damit auch in den allermeisten Fällen auf die staatliche Förderung angewiesen sind (2004 lag die Armutsgrenze in den USA für eine Familie von zwei Personen bei \$12.490 pro Jahr). b. Paare, die „beinahe arm“ sind, d.h. ein Einkommen haben, das zwischen 100% und 200% der Armutsgrenze liegt. Diese Bevölkerungsgruppe arbeitet in den meisten Fällen, ist jedoch zusätzlich noch auf Hilfe vom Staat angewiesen. Auch machen die Autorinnen darauf aufmerksam, dass die Paar- und Familienstrukturen in einkommensschwachen Familien und Beziehungen anders sind als in Mittelschichtsfamilien. Folgt man zwei Befragungen aus den Bundesstaaten Florida und Oklahoma, so ist es wahrscheinlicher, dass Paare aus einkommensschwachen Schichten schlechte und unbefriedigende Paarbeziehungen haben (Karney, Garvan u. Thomas 2003; Johnson et al. 2002 zit. n. Ooms a. Wilson 2004, S. 441). Auch ziehen die Autorinnen die Ergebnisse der „Fragile Families and the Child Wellbeing Study“, eine Längsschnittstudie mit unverheirateten Elternpaaren, zu Rate, in der ein wichtiges Ergebnis ist, dass 73% der Befragten (nicht verheirateten Eltern) arm oder sehr nahe an der Armutsgrenze leben. Daraus ergibt sich, dass es einen (wie auch immer gearteten) Zusammenhang zwischen Armut und „fragilen“ Familien gibt. Die Autorinnen kommen daher zum Schluß, dass die Präventionsprogramme an die Bedürfnisse dieser Paare angepasst werden müssen.

Nun haben die Autorinnen auch nach intensiver Recherche Beispiele von Institutionen und Anbietern gefunden, die Programme für einkommensschwache Paare anbieten.

Die Ehevorbereitungskurse der katholischen Kirche in den USA werden im allgemeinen Paaren aus allen Schichten, einschließlich der einkommensschwachen Paare, angeboten. Einkommensschwache Paare und Paare, die anderen ethnischen Gruppen angehören, benutzen bei den Kursen ein Begleitbuch namens „FOCUS“ (Facilitating Open Couple Communication, Understanding and Study), das es in einer sprachlich einfacher gestalteten Version (low-literacy) und in Spanisch gibt. Auch hat die katholische Kirche in den USA spanischsprachige Videos zu den Themen Herkunftsfamilie, Kommunikation, Intimität, Sexualität und Verbindlichkeit der Ehe entwickelt. Jedoch war es der katholischen Kirche in vielen Gemeinden nicht möglich, das gesamte Unterrichtsmaterial den Bedürfnissen von ärmeren Paaren und Paaren anderer ethnischer Herkunft anzupassen, da schlichtweg das Geld dafür fehlte. Zu den Ehevorbereitungskursen der katholischen Kirche liegen keine systematischen Evaluationen vor.

„Survival Skills for Healthy Families“: Dieses Programm wurde 1980 ursprünglich von George Doub und Virginia Scott für einkommensschwächere, multiethnische Gemeinschaften von East San Jose, Kalifornien, entwickelt. Auf der Grundlage der systemischen Familientheorie legt das Curriculum den Schwerpunkt darauf, die Beziehung des Elternpaares zu verbessern und diese im Kontext der Familienbeziehungen als (ganzes) System zu betrachten. Das Programm wurde auch in anderen kalifornischen Städten für Familien, die gerichtliche Auflagen wegen häuslicher Gewalt, Suchtproblemen, Kindesmißhandlung etc. zur Teilnahme an Präventions- bzw. Interventionsprogrammen hatten, verwendet. Es wurde in der Familienarbeit von Schulen, Kirchen und des Militärs angewendet. Die Arbeitsmaterialien sind in verschiedenen Sprachen erhältlich, z.B. Englisch, Spanisch und Chinesisch. Der Kurs wurde in verschiedenen ethnischen Gemeinschaften abgehalten, z.B. bei „Native Americans“, „African Americans“, „Latinos“, „Vietnamese“ etc.

Das Programm beinhaltet insbesondere a. einen Schwerpunkt auf der Elternbeziehung zusätzlich zur Paarbeziehung, b. die Einbeziehung der Großfamilie, c. ein stark interaktives Format für bildungsfernere Familien, d. den Einsatz von TrainerInnen aus den jeweiligen Gemeinden, e. eine Anpassung an verschiedene ethnische, kulturelle und schichtspezifische Belange der Familien, f. einen Schwerpunkt darauf, die Familien zu stärken. Obwohl das Programm sehr beliebt bei TeilnehmerInnen und Sponsoren ist, steht eine systematische Evaluation der Langzeitwirkung noch aus (Ooms a. Wilson 2004, S. 443).

PREP mit einkommensschwachen Paaren: Das schon zuvor dargestellte Programm PREP wurde auch für einkommensschwache Paare modifiziert. Seit 2000 verwendet die vom Bundesstaat Oklahoma initiierte und finanzierte „Marriage Initiative“ (siehe unten) das PREP-Programm in ihrem Curriculum

bundesstaatsweit. Dies hatte zur Folge, dass PREP auch vielen einkommensschwächeren Paaren angeboten wurde.

Das „Michigan Enhancing Family Formations Project“ ist ein bundesstaatliches Projekt, das sich an einkommensschwache Schichten wendet. Es ist als sechswöchiger Kurs angelegt, der sich an Eltern, meist alleinerziehende Mütter, wendet, die eine staatliche Unterstützung erhielten und in dem die Fähigkeit zur Elternschaft und die Fertigkeiten in der Paarbeziehung gestärkt werden sollten. Daher beinhaltete das Projekt auch einen Paartrainingsteil. Ooms und Wilson betonen jedoch, dass eine der wichtigsten Erkenntnisse, die aus diesem Projekt gewonnen wurde, die war, dass Paartrainings für einkommensschwache Klienten oft nur dann sinnvoll sind, wenn sie mit anderen „harten“ Hilfen wie Bewerbungs- und Beschäftigungstrainings gekoppelt sind (Ooms a. Wilson 2004, S. 244).

Eine weitere Initiative, in der Paartrainings für einkommensschwache Paare einen Anteil ausmachten, war die 2001 initiierte „Louisiana Healthy Marriage and Strengthening Families Initiative“ (Ooms a. Wilson 2004, S. 244).

Staatliche Programme zur Dissemination

“There is a lively debate about the merits of public policy support for RME to increase relationship stability. If government funds are to continue to support RME, probably all sides of the debate agree that the small effects identified in research to date imply that practitioners will need to continue to find ways to increase participant engagement, innovative curriculum design and pedagogy, and improve other programmatic elements to achieve greater success with the precious public funds (Hawkins 2016, p. 66)

Wie schon eingangs beklagt wurde, gibt es weder im deutschen Sozialwesen noch im Gesundheitswesen nennenswerte Unterstützung für die Paarbeziehung als solche. In verschiedenen anderen Staaten haben Regierungen oder staatliche Institutionen sich von dieser Vernachlässigung der Paarbeziehung grundlegend verabschiedet und staatliche Programme auch für den Bereich der Prävention von Paarproblemen aufgelegt. Diese sollen im folgenden ausführlicher geschildert werden.

Großbritannien

Der 1999 vom Justizministerium in Auftrag gegebene „Hart-Review“ kommt zum Schluss, dass es nötig ist, mit Hilfe von Ehe-Eduktion Paarkonflikte zu reduzieren und Scheidungen zu verhindern. Daraufhin stellte der britische Staat mehr Geld für eheunterstützende Organisationen zur Verfügung. Im Zeitraum von 2001-2002 waren es 4 Mio. Pfund und im Zeitraum von 2002-2003 5 Mio. Pfund. Mit diesem Geld wurden nationale Organisationen, die Ehe- und Paar-Edukationsprogramme anboten und Forschungs- und Entwicklungsprojekte unterstützt. Eine andere Konsequenz aus dem „Hart-Review“ war, dass das Justizministerium eine aktivere Rolle bei der Familienpolitik spielen sollte und daraufhin wurde eine beratende Gruppe zur Ehe- und Beziehungsförderung (Advisory Group on Marriage and Relationship Support, AGMARS) gebildet. Diese veröffentlichte 2002 die Expertise „Moving Forward Together: A Proposed Strategy for Marriage and Relationship Support for 2002 and Beyond“. Hier ist wichtig zu bemerken, dass sich mit dem Zusatz „and Relationship“ eine wichtige semantische Verschiebung vollzogen hat. Denn im Gegensatz zu den vorherigen Expertisen, wurden nun alle Paarbeziehungsformen Erwachsener (also auch unverheiratete und homosexuelle Paare) mit einbezogen. Es war nun ein wichtiges Anliegen, „all adult relationships“ zu unterstützen (van Acker 2008, S. 70). Zudem wird in diesem Bericht ausdrücklich erwähnt, dass „the government has no desire to tell people how to live their lives. But if couples’ lives can be improved – and those of their children – then that is something worth doing“ (Hart-Review zit n. van Acker 2008, S. 70). Der „Hart-Review“ sah die Rolle der Regierung darin, die notwendigen rechtlichen Strukturen zu schaffen und eine Strategie zu entwickeln, wie die vereinbarten Ziele durchgesetzt werden konnten. Die Rolle der Träger der Paarpräventionstrainings kam dem freiwilligen Sektor zu, der dafür

auch gut ausgebaute Strukturen hatte. In der Praxis sah es jedoch so aus, dass mehr Geld in Krisen-Interventionsdienste flossen als in Präventionsarbeit (van Acker 2008, S. 70).

In einem Bericht aus dem Jahr 2010 stellt das englische Familienministerium (Department for children's schools and families 2010) fest, dass stabile Familien auf stabilen Beziehungen innerhalb der Familie aufbauen: "The evidence is clear that it is strong, stable relationships between adults in the home - parents, grandparents and other caring adults - and among all these adults at the children in the family, that have the biggest impact on children's happiness and healthy development. ... Marriage is recognized as an important and well established institution that plays a fundamental role in family life in our society."

Hier wurde also in Großbritannien die Erkenntnis für Regierungshandeln maßgeblich, dass gerade auch den Kindern in der Familie am meisten dadurch geholfen wird, dass man die Paarbeziehung der Eltern stärkt. Schon in einem Regierungsbericht im Jahr 2007 (Cabinet office document Reaching out: Think Family 2007) wurden diese Erkenntnisse sehr klar formuliert: „The children of parents with mental ill health are twice as likely to experience childhood psychiatric disorder; around 3 million children have experienced the separation of their parents and at least one in three children will experience parental separation before the age of 16; parental conflict and hostility both within and outside of marriage or civil partnership can have significant social and psychological impacts on children, including risks of anxiety and depression; children experiencing sustained family conflict also tend to have lower academic performance, independent of their socioeconomic status; however, a good relationship between both parents acts as a buffer for many of the negative impacts of parental separation and divorce“.

Der britischen Staat förderte zwar die Prävention mit finanziellen Mitteln, delegierte aber die Durchführung an freie Wohlfahrtsorganisationen. Es gibt keine verlässliche Daten darüber, wieviele Paare nun bisher an den Paartrainings teilgenommen haben, da die Programme oft sehr unterschiedlich sind und nicht von einer zentralen Stelle koordiniert werden. Es gibt jedoch Daten darüber, welche Organisationen staatliche Förderung erhalten, um beispielsweise Gehälter, Materialien und Mieten zu bezahlen. Zu diesen Organisationen gehören Relate, The Tavistock Centre for Marital Studies, Marriage Care, One Plus One, und 2 as 1.

Relate, das früher „the Marriage Guidance Council“ hieß, existiert schon seit 1943 und änderte 1988 seinen Namen, da es seine Kurse und Dienste für einen größeren Klientenkreis als nur verheiratete Paare anbieten wollte. Relate ist Großbritanniens größter Anbieter für Paarberatung und Paarprävention. Das Anliegen der Organisation ist es, die Qualität von Paarbeziehungen, Ehen, elterlichen Beziehungen und Familienbeziehungen zu verbessern um so dem Scheitern von Ehen und Paarbeziehungen vorzubeugen. Zum größten Teil finanziert sich Relate aus Honoraren für die Beratungen; jedoch bekam Relate den größten Teil der staatliche MARS-Förderungsgelder (45% der MARS-Gelder von 2002-2003). Das Tavistock Marital Studies Institut, welches 1948 gegründet wurde und inzwischen in Tavistock Centre for Couple Relationships umbenannt wurde, ist ein Institut, das nach psychanalytischen Grundsätzen arbeitet und dem bekannten Tavistock Institut for Human Relations angegliedert ist. Marriage Care, der frühere Catholic Marriage Advisory Service, begann seine Arbeit 1946, um Familien bei ihren Beziehungsproblemen zu unterstützen und die Folgen des Zweiten Weltkrieges für Familien abzumildern. Marriage Care bietet in drei Feldern bezüglich der Ehe Unterstützung: Ehevorbereitung, Prävention und Beratung. Ehevorbereitung wird für Adoleszente, verlobte Paare, katholische und andere christliche Paare angeboten. In der Präventionsarbeit werden mehrere Programme angeboten, wie z.B. FOCCUS. Grundsätzlich, so sagt ein Sprecher der Organisation, hat Marriage Care eine eher liberale Haltung zur Institution Ehe und unterscheidet sich vom „rechten Flügel“ der katholischen Kirche. Marriage Care „is not concerned about how people live their lives or whether couples live together“ (zit. n. van Acker 2008, S. 78). Der Sprecher fügt hinzu „when the right wing of the church claims that Marriage Care is supporting trial marriages, I say, no, we are helping people make choices“ (zit. n. van Acker, 2008, S. 78). Der Grundsatz von One Plus One, früher bekannt unter dem Namen „The Marriage Research Center“, ist es, bei Beziehungsschwierigkeiten möglichst früh zu intervenieren und eine Unterstützung für die Paarbeziehung in schwierigen Phasen der Paarbeziehung wie beispielsweise zum ersten Mal Eltern werden oder in anderen schwierigen Übergangsphasen anzubieten. So hat die Organisation Brief

Encounters entwickelt, eine Interventionsform, die von HelferInnen benutzt wird, die viel Kontakt zu (jungen) Familien haben, wie Hebammen und die in England üblichen „health visitors“. Diese haben die Möglichkeit bei ihren Routinebesuchen bei den jungen Müttern und Familien Beziehungsschwierigkeiten festzustellen, diese anzusprechen und können sie, wenn notwendig, an entsprechende Beratungsstellen weiter verweisen. Zudem bietet One Plus One Ausbildungsprogramme für Freiwillige an, die in sozialen Diensten arbeiten und dabei Familien zu Hause besuchen oder in der Elternarbeit tätig sind. Hierbei entsteht die Gelegenheit Familien in Schwierigkeiten und schwierigen Übergangsphasen zu unterstützen.

Der Bristol Community Family Trust (BCFT) ist eine Wohltätigkeitsorganisation, die Paarpräventionskurse und Elterntrainings, auch für junge Eltern, vor und nach der Geburt, anbietet. Seit 2002 haben mehr als 650 Menschen an den BCFT-Ehevorbereitungskurse teilgenommen; das sind 5-6% der Paare, die in Bristol heiraten (13% der kirchlichen Heiraten und 2% der zivilen Heiraten). Das erklärte Ziel von BCFT ist es die TeilnehmerInnenzahlen zu steigern. Dies ist ein Beispiel für eine lokale Organisation, der es gelungen ist, auf lokaler Ebene sehr viel mehr Paare mit Prävention zu erreichen als sonst im nationalen Durchschnitt üblich.

USA

In den USA liegt der Anteil der Paare, die an einer universell-präventiven Paarintervention teilnehmen bei ca. 30%. Doss et al. (2010) weisen darauf hin, dass es in kirchlichen Organisationen sogar noch deutlich mehr Paare sind, da viele Kirchen eine voreheliche Beratung erwarten. „The roots of the effort to strenghten marriage emerged from growing concern about marriage in the last two decades in the academic, private, public, and religious communities.“ (Brotherson & Duncan, 2004, S. 461). Die „Marriage Movement“ in den USA kann als soziale Bewegung verstanden werden, bei der sich ein Netzwerk von Politikern, Wissenschaftlern, religiöse Gemeinschaften und Privatpersonen für die Verbreitung von „Marriage-Education“ und deren staatliche Förderung stark machen. 1996 wurde der gemeinnützige Dachverband „Coalition for Marriage, Familiy and Couples Education (CMFCE)“ gegründet. Die CMFCE fördert als überparteiliche und unabhängige Organisation die Vernetzung zwischen den Gruppen, die sich für die Stärkung der Ehe einsetzen (vgl. Brotherson & Duncan, 2004).

Temporary Assistance for Needy Families (TANF): 1996 wurde der „Personal Responsibility and Work Opportunity Reconciliation Act (PRWORA)“ verabschiedet. Mit der PRWORA-Gesetzgebung wurde das Wohlfahrtssystem reformiert und die „Temporary Assistance for Needy Families (TANF)“ eingeführt. Dieses Wohlfahrtsreform-Paket stellte jedem Bundesstaat eine festgelegte Summe zur Verfügung, um bedürftige Familien zu unterstützen. Neben der Förderung des Wiedereinstiegs in die Erwerbstätigkeit hat sich die PRWORA und als Teil von ihr die TANF-Gesetzgebung die Förderung und Unterstützung der Institution der Ehe inklusive der Finanzierung von Ehebildungsprogrammen zum Ziel gemacht. „The proposed bill (...) includes a provision that would provide \$300 million in TANF grants annually to states for programs promoting healty marriage, such as marriage education for unwed parents.“ (Jarchow, 2003b, zit. nach Brotherson & Duncan, 2004, S. 462).

Seit 2002 stellt die „Administration for Children and Families (ACF)“, welche an das „US Department of Health & Human Services (DHHS)“ angegliedert ist, Gelder für die Bestrebungen einer breitflächigen Implementierung und Evaluation von Paarinterventionen zur Verfügung (vgl. Job et al., 2014). „ACF funded 60 organizations across the country to provide comprehensive healthy relationship and marriage education services.“ (U.S. Department of Health & Human Services). Drei großangelegte Projekte stimulieren die Entwicklung von Eheinitiativen, die häufig von öffentlichen oder privaten Organisationen oder Agenturen geleitet werden. „Supporting Healthy Marriage Initiative (SHM)“ richtet sich mit Kompetenztrainingsprogramme an geringverdienende, bereits verheiratete Ehepaare mit Kindern. Programme im Rahmen des Projektes „Building Strong Families (BSF)“ sind für geringverdienende Paare, die ein Kind erwarten, konzipiert (vgl. Dion, 2005).

Mit dem Projekt „Community Healthy Marriage Initiative (CHM)“ werden eine ganze Reihe gemeinwesenorientierter Projekte finanziert, die „healthy marriages“ unterstützen (vgl. The Community Healthy Marriage Initiative Evaluation, 2012).

Neben Ehe- und Beziehungskompetenztrainings, vorehelicher Bildung und Kompetenztraining für diejenigen, die heiraten möchten, wird an High Schools über den Wert der Ehe und Beziehungskompetenzen unterrichtet. Mit öffentliche Kampagnen wird der Wert einer gesunden Ehe beworben und die Fähigkeiten bekanntgemacht, die für eine eheliche Stabilität und Gesundheit benötigt werden (vgl. The Community Healthy Marriage Initiative Evaluation, 2012).

Bundesstaatliche Maßnahmen zur Förderung von Heirat

Die amerikanische Regierung versucht, mittels unterschiedlichen Anreizen die Menschen zu Präventionstrainings zu ermutigen. Gardiner, Fishman, Nikolov, Glosser & Laud (2002) berichten über folgende staatliche Maßnahmen in Bezug auf die Verbreitung von Präventionsprogrammen für Paare:

Vergünstigungen bei der „marriage license“

Als Ansporn für Paare an einem Ehe- und Paartrainingskurse teilzunehmen, haben sieben Staaten eine Gebührenermäßigung für die „marriage license“ eingeführt (vgl. Smart Marriages, 2015. Marriage & Divorce Legislation). In Minnesota erhalten Paare für die Teilnahme an einem 12-stündigen Ehevorbereitungskurs inklusive Training der Kommunikationsfertigkeiten und Problemlösung eine \$70 Vergünstigung der Eheerlaubnis. In Florida wird die Gebühr für die Eheerlaubnis um \$32 reduziert, wenn Paare an einem vier-stündigem Präventionskurs teilnehmen. Außerdem wird bei Nichtteilnahme die Wartezeit für die Lizenz um drei Tage verlängert. Tennessee steuert bei Teilnahme an einem Ehevorbereitungskurs \$60 zu der Ehelizenz hinzu. Oklahoma reduziert die Gebühr um \$45 für diejenigen, die einen vier-stündigen Kurs absolvieren. Texas erlässt \$60 von der Ehelizenz, wenn das Paar die Teilnahme an einem acht-stündigen Kompetenzkurs nachweist. In Maryland und Georgia gibt es eine bezirkabhängige Gesetzgebung zur Verminderung der Lizenzgebühr

Oklahoma Marriage Initiative (OMI)

„The OMI (...) began in 1999 and is now the largest and longest-standing state-level healthy marriage and relationship program in the nation.“ (OMI. Building Better Marriages in Oklahoma, 2015).

Unter der Führung des Gouverneurs von Oklahoma Frank Keating und dem Department of Health and Human Service, wurde 1999 eine multidisziplinäre Landesinitiative zur Senkung von Scheidung und Stärkung gesunder Ehen gegründet (vgl. Brotherson & Duncan, 2004). „The state sought to promote high levels of support for marriage from the general public and agencies that served couples with a public-private multisector collaboration.“ (Halford et al., 2008, S.501). Sowohl öffentliche als auch private und religiöse Gemeinschaften sind seitdem an der Entwicklung einer Strategie beteiligt, um gesunde Ehen zu fördern und letztlich die mit den hohen Scheidungsraten verbundenen wirtschaftlichen Einbußen einzudämmen. Nach Gardiner et al. (2002) verwendet Oklahoma \$10 Millionen der TANF- Gelder für eine Vielzahl von ehebezogenen Maßnahmen auf allen Ebenen. Oklahoma initiierte eine Medienkampagne für die Promotion von Ehekompetenzen mit besonderem Fokus auf die Förderung früher Interventionsprogramme (Doherty & Anderson, 2004). Als geeignetes Präventionsprogramm wurde „The Prevention and Relationship Enhancement Program (PREP)“ ausgewählt. Der Bundesstaat Oklahoma ließ über 3000 unterschiedliche Dienstleister der Kommunen in einem kostenlosen, dreitägigen Skills-Training PREP Workshop ausbilden, damit diese selbst Workshops leiten und PREP in ihr Curriculum mitaufnehmen können.

Um eine bereichsübergreifende Zusammenarbeit herzustellen, wurden Mitarbeiter von Behörden des Departements of Human Services und des Health Departements, Kommunengruppen, Therapeuten sowie Pastoren und Kirchenführer trainiert. Den religiösen Gemeinschaften und Pastoren kommt dabei eine wichtige Rolle zu, da 75% der Erstheiraten in einer Kirche, Synagoge oder einer Moschee stattfinden und sie deshalb den idealen Ort der Ehevorbereitung darstellen. „Perhaps the most notable published dissemination project to date in the couples' field is the effort to train clergy members to deliver the Prevention and Relationship Enhancement Program (PREP) as part of their standard program for couples getting married in their religious organizations.“ (Doss et al., 2010, S.209).

Um kompetenzorientierte Präventionsworkshops im ganzen Bundesstaat bereitzustellen, wurde das „Project Relate“ als Dachorganisation und Verbindungsstelle für alle Familiendienstleistungen in Oklahoma gegründet. „Project Relate equips Oklahoma youth, individuals, and couples with encouragement and practical skills to have successful relationships and, in turn, create the stable foundation that is so vital for children.“ (Project Relate, 2014). Alle der im Rahmen der Oklahoma Marriage Initiative (OMI) angebotenen Workshops sind kostenfrei und für Menschen jeden Lebensalters und -phasen konzipiert (vgl. OMI. Workshops for Couples, Individuals, Parents and More, 2015): Für Highschool-Students wird das Curriculum „Connections“ im Fach „Family and Consumer Sciences“ unterrichtet. Das Programm „Relationship U“ wendet sich an College Students an Universitäten. Das Department of Human Services bietet Workshops für Singles an. Am Project Relate angesiedelt sind außerdem Programme wie das „Forever. For Real“ und „Thriving Marriages“ sowie spezielle Programme für Stieffamilien, werdende Eltern und afroamerikanische Paare. Ferner richtet sich ein Programm „Winning the Workplace Challenge“ an Angestellte, welches den Zusammenhang von erfolgreichen Beziehungen und persönlichem/ beruflichem Erfolg vermittelt und Übungen zum Kompetenztraining für eine gelungene Beziehung beinhaltet.

Darüber hinaus wurde ein Ehe-Ressourcen-Center gegründet, bei dem Informationen zum Thema Ehe erhältlich sind, Paare beraten und Workshops für Beziehungskompetenzen für verheiratete wie auch für unverheiratete Paare besucht werden können (vgl. Gardiner et al., 2002). „Children First“ ist ein weiteres, bundesstaatsweites Programm in Oklahoma, bei dem Krankenschwestern zu Familien nach Hause entsandt werden. Neben einer Bandbreite von verschiedenen Dienstleistungen zur Geburt und Kindererziehung, kooperiert „Children First“ nun auch mit der Oklahoma Marriage Initiative. Die Krankenschwestern werden dafür ausgebildet, die Beziehungen der Eltern in Fokus zu nehmen und sie gegebenenfalls auf einen Beziehungs-Workshop zu verweisen.

Auf diese Weise wird das PREP-Curriculum von ausgebildeten Workshop-Leitern in verschiedenen Formaten unterrichtet, die entweder aus dem öffentlichen Dienst (public organisations), aus der Privatwirtschaft kommen, oder als Freiwillige arbeiten (vgl. Doherty & Anderson, 2004). „PREP is most widely used in the states in Oklahoma where various versions of PREP have served over 380,000 people as part of the Oklahoma Marriage Initiative.“ (Markman, 2015, persönliche Mitteilung).

Australien

Parker (2005) berichtet, dass sich seit den 1990er-Jahren die Ehe- und Beziehungseduktion in Australien als komplexes Feld etabliert hat. Mit dem Ziel, Paare präventiv bei der Entwicklung einer stabilen und gesunden Partnerschaft zu unterstützen, stellt das Ministerium für „Family and Community Services“ finanzielle Mittel zur Verfügung. Parker (2005) nimmt Bezug auf die Zahlen von Urbis et.al.(2004) und zeigt auf, dass die staatliche Förderung von Ehe- und Beziehungseduktion 2003/ 2004 bei \$3,9 Millionen lag. Parker (2007) beschreibt eine Initiative, die 2003 von der australischen Regierung eingeführt wurde und einen Versuch darstellt, das Bewusstsein der Öffentlichkeit für Ehe- und Beziehungsedukationsdienste zu schärfen. Es handelt sich um eine Reform des „marriage celebrants program“, welches Zivilpersonen, die das Recht erworben haben, Ehen zu schließen, dazu verpflichtet, die von ihnen getrauten Paare zumindest auf die Verfügbarkeit von Ehe- und Beziehungsedukationsprogrammen hinzuweisen. Parker (2007) verweist auf die Angaben des House of Representatives von 1998, demzufolge ca. 20-30 % der Paare, die in Australien heiraten, an einer Form der präventiven Paarintervention teilnehmen. „Relationship education services“ werden in sehr unterschiedlichen Kontexten angeboten: „Relationship education can be found in programs and services operated by many hospitals, schools, juvenile justice and corrections facilities, community-based education or health care centres, the defence forces, and workplaces (Employee Assistance Programs).“ (Simons & Parker, 2002, zit. nach Parker 2007).

Das staatliche Family Relationship Service Program (FRSP): Die staatlich finanzierten Family relationship services werden von einer großen Bandbreite von kommunalen, kirchlichen und kirchenzugehörigen Trägern bereitgestellt (vgl. Acker, 2008). Family Relationship Education and Skills Training: Anbieter fördern die Beziehungskompetenzen im universellen Gruppenpräventionssetting oder für spezifische Zielgruppen wie Stieffamilien und Rentnern. Die Homepage der Family

Relationships Online bietet die Möglichkeit, „Family Relationship Education and Skills Training Services“ in lokaler Nähe zu finden (vgl. Family Relationships Online, 2015a). Viele Anbieter legen ihren Fokus auf ein flexibles Angebotsformat, wie beispielsweise die Reihe „Keys to Living Together“ (vgl. Australian Government, 2013). Bestehend aus einer DVD und einer Mini-Zeitschrift, zielt die Reihe „Keys to Living Together“ darauf ab, nützliche Tipps und Ratschläge zur Verbesserung der Beziehungen zu geben, die zuhause erlernt werden können. Men and Family Relationships: Diese Dienste sind speziell für Männer konzipiert und helfen ihnen, starke Familienbeziehungen zu entwickeln und zu pflegen bzw. auch mit Trennungen umzugehen. Stronger Relationships trial: Die australische Regierung hat bis 30. Juni 2015 Paare bezuschusst, die am Programm „Stronger Relationships trial“ teilgenommen haben (vgl. Australian Government, 2014). Adolescent Mediation and Family Therapy: Präventionsprogramm für junge Leute zwischen 10 und 21 Jahren.

Relationships Australia ist eine am Gemeinwesen orientierte, gemeinnützige Organisation ohne religiöse Zugehörigkeit. „Relationships Australia is a leading provider of relationship support services for individuals, families and communities. We aim to support all people in Australia to achieve positive and respectful relationships.“ (Relationships Australia, 2015). Alle Kurse werden von qualifizierten und erfahrenen Professionellen gehalten. Mit einem Klick auf die virtuelle Karte, gelangt man direkt auf die Webseite des nächsten Relationship Australia Anbieters in der Nähe. Neben einer Vielzahl an kompetenzbasierten Beziehungskursen, werden „seperation“ und „lifestyle transition courses“ angeboten. Viele der Kurse finden im Kleingruppensetting statt, andere wie „Good Connecting“ sind als kostenlose Online Kurse verfügbar. „This easy-to-complete course aims to help you keep your love relationship happy and stable.“ (vgl. Relationships Australia. Victoria). Ein speziell für Arbeitnehmer entwickeltes Programm „Employee Assistance Program“ zielt auf die Harmonie am Arbeitsplatz sowie die Verbesserung des Familienlebens ab und wird australienweit von Relationships Australia angeboten. Ausgehend davon, dass sich Beziehungsprobleme und Arbeitsleistung wechselseitig beeinflussen, umfasst das Programm neben Beratung andere Dienstleistungen, um eine bessere Kommunikation zu fördern und Stress abzubauen.

Neben den hier vorgestellten großen Organisationen, wirbt eine Reihe anderer Plattformen für premarital counselling Kurse, die auf eine Verbesserung der Kommunikations- und Problemlösekompetenzen abzielen (vgl. Smart Couples, 2010; Choosing Change, 2015). Im schulischen Kontext wird beispielsweise das Programm „Respectful Relationships Education: Violence prevention and respectful relationships education“ an Sekundarschulen in Victoria unterrichtet (vgl. State Government Victoria, 2009).

Norwegen

Als Antwort auf die veränderten Familienstrukturen in Norwegen führte das norwegische Ministerium „Children and Family Affairs“ 1994 einen staatlich geförderten Plan zur Bereitstellung von Beziehungsedukations-Programmen ein (vgl. Thuen & Lærum, 2005) Im Feld der Beziehungsedukation nehmen die staatlichen Behörden eine zentrale Rolle ein. Thuen & Lærum (2005) führen das darauf zurückzuführen, dass Familienhilfe in skandinavischen Ländern zu einem großen Teil als öffentliche Aufgabe angesehen wird. „Although there are similarities between the public family support schemes in the Scandinavian countries, Norway is the only country with a scheme to grant support to relationship education initiatives.“ (S.176).

Im Zeitraum von 1994 – 2005 wurden USD \$6 Millionen in Initiativen zur Paaredukation investiert. Ein Programm für werdende Eltern wird derzeit entwickelt. Ziel ist es, das Programm allen Paaren, die ihr erstes Baby erwarten, zur Verfügung zu stellen. Einerseits sind dies Organisationen, die nicht in erster Linie Paar- und Beziehungsedukation leisten, es dennoch ihren Mitgliedern anbieten. Zum anderen sind es dem Gesundheitssystem zugehörige lokale und regionale Behörden oder öffentliche Träger der Familienhilfe, die in der Beziehungsedukation involviert sind.

„The private/public partnership seems to be a successful formula for disseminating relationship education; this arrangement has led to widespread adoption of relationship education throughout Norway during the last decade.“ (Thuen & Lærum, 2005, S. 183).

Radiosendungen oder Zeitschriftenartikel bzw. Werbung in der lokalen Zeitung weisen auf die Präventionsprogramme hin, teilweise werden auch Gutscheine für Kurse angeboten, die als Hochzeitsgeschenk verschenkt werden können.

Singapur

Das Familienministerium in Singapur organisiert, unterstützt und bietet Ehevorbereitungsprogramme in Zusammenarbeit mit einem Netzwerk von Partnern an. Das Ministerium bezuschusst die Kursteilnahme mit \$ 70 (vgl. MSF. Ministry of Social and Family Development, 2014). Die Programme werden neben säkulären Organisationen wie Wohlfahrtsverbänden, Familienzentren und privaten Beratungsstellen auch von religiösen Organisationen angeboten. Außerdem hat das Ministerium 2014 einen kostenlosen, zweistündigen „lunch-time-marriage preparation-talk“ für Paare eingeführt, die heiraten wollen. Der lunch-time-talk stützt sich auf PREP und kann täglich in der Mittagspause an der „Registry of Marriages“ (Tauschein-Ausgabestelle) durchgeführt werden. Interessierte Paare können sich dafür registrieren und werden für einen Kurs am selben Tag zugeordnet, an dem sie ohnehin zur Überprüfung ihrer Dokumente erscheinen müssen. Als Bestandteil der amtlichen Anmeldung zur standesamtlichen Trauung muß das Paar ein Paartraining absolvieren, allerdings eine 1,5 Stunden Kurzform von PREP.

Innovative Strategien der Dissemination von Präventionsprogrammen

Vermittlung von Präventionsprogrammen über Medien und das Internet

Mit dem Siegeszug des Internet haben viele der etablierten Präventionsprogramme online-basierte Formate entwickelt, die sich häufig entweder an junge Menschen oder Jugendliche richten oder spezifische Angebote zum selbstgesteuerten Lernen machen. Dabei werden auch die Inhalte angepasst, z.B. Als Cartoons aufbereitet, wie man die Risikozeichen in einer Paarbeziehung erkennen kann. Bei den Selbstgesteuerten Programmen nehmen die Teilnehmer in eigener Regie über das Internet an dem Programm teil, erhalten feedback auf diesem Wege, und können die Option wählen, in den nächsten Wochen regelmäßig eine email zu erhalten, die sie an das Erlernete erinnert.

Die meisten der evidenzbasierten Präventionsprogramme fokussieren auf das „skill training“ (Kompetenztraining) und werden als hochstrukturiertes und übungsorientiertes Training in einem Umfang von 12-16 Stunden angeboten. Einige der Programme stellen zusätzliches Unterrichtsmaterial zur Verfügung. Eine Form ist die audiovisuelle Demonstration von relevanten Beziehungskompetenzen mittels DVD inklusive Übungsanleitungen, die Vermittlung der Inhalte durch Ratgeber sowie Übungsbücher zur praktischen Umsetzung. Neben dem Training im traditionellen Gruppenkontext ergab die Recherche drei Beispiele von Beziehungstrainings, die sich durch ein flexibles Angebotsformat auszeichnen („flexible delivery relationship education services“):

Ein Beispiel sind kostengünstige, selbstgesteuerte Web-basierte „inventories“ (Bestandsaufnahmen), wie RELATE (RELATIONship Evaluation), FOCCUS (Facilitating Open Couple Communication Understanding and Study) und PREPARE (PREmarital Preperation and Relationship Enhancement). Bei diesen Programmen führt jeder Partner eine Online-Bestandsaufnahme durch und bewertet dabei einige Dimensionen seiner Beziehung (vgl. <http://relateinstitute.com/>). Im Anschluss werden dem Paar die Ergebnisse in Form eines persönlichen Risiko- und Resilienzprofils ihrer Beziehung rückgemeldet. Auf diese Weise wird dem Paar die Möglichkeit gegeben, die Stärken wie auch Schwächen in ihrer Beziehung zu erkennen (vgl. Halford, 2004).

Halford et al. (2010) beschreiben Couple Care als ein Paaredukations-Programm, das zuhause zu selbstgewählten Zeiten durchgeführt werden kann. „CoupleCARE is designed to be completed by the couple at home, supported by regular telephone calls from a professional relationship educator.“ (Couple Care) Angelehnt an das Curriculum von PREP, besteht es aus vier Komponenten: Einer DVD, welche in sechs Einheiten die Kernkompetenzen einer Beziehung darlegt, einem Ratgeberbuch mit strukturierten Übungen, der Entwicklung eines individuellen Selbstveränderungskonzepts und eine Reihe von Telefonanrufen durch einen Psychologen. Diese dienen zur Klärung des Fortschrittes und als Unterstützung bei der Umsetzung des Selbstveränderungsplans. „In the telephone calls the

educator clarifies concepts, provides skill training, and coaches the partners in how to apply the ideas and skills within their relationship.“ (Halford et al., 2010, S.190). Psychologen, Sozialarbeiter, Psychiater, Ehe- und Familientherapeuten sowie relationship educators zur Verfügung (vgl. Couple Care).

Couple CARE for Parents ist ein speziell für werdende Eltern konzipiertes Programm. Es umfasst ein pränataler Workshop im Krankenhaus, zwei Hausbesuche und drei Einheiten zur Durchführung in Eigenregie mit unterstützenden Telefongespräche zur Vermittlung von Beziehungskompetenzen sowie Information über Elternschaft und Babypflege (vgl. The Couple CARE for Parents Program, 2006).

Ein drittes Beispiel ist eine Website mit Onlineshop, die sowohl Unterrichtsmaterialien und Handbücher für ausgebildete PREP-Trainer bereitstellt, als auch Quiz, Informationen, Bücher und DVDs zur Selbsthilfe für Interessierte (www.prepinc.com/main/tools_couples.asp, vgl. Halford, 2004). Zudem befindet sich hier ein Link zu einem PREP Online Relationship Education Program „LoveTakesLearning/ ePREP“ (<https://www.lovetakeslearning.com/store/>). Nach Zahlungseingang (\$ 24,99) wird per Email ein Link mit den Zugangsdaten zugesandt. Zwei Programme stehen zur Verfügung. Ein Programm richtet sich an Paare in verbindlichen Beziehungen, das andere an Singles und diejenigen, die in keiner festen Beziehung sind, die dennoch erfahren möchten, wie sie ihre Beziehung in Zukunft verbessern können. ePREP bzw. Self-PREP zeichnet sich durch seine selbstgesteuerte Komponente aus.

Premarital education or counseling als Erfordernis für die Heiratserlaubnis

In den Bundesstaaten Indiana und Mississippi wurde das Gesetz verabschiedet, welches Paare zur Teilnahme an einem Ehevorbereitungskurs verpflichtet. Nur wer einen solchen Kurs absolviert, erhält die Berechtigung für die Heiratserlaubnis. Ein ähnliches Gesetz wurde in Wisconsin eingeführt. In Connecticut, Kansas, Utah und Virginia hingegen konnte ein Gesetz, welches zur Teilnahme an einem Ehevorbereitungskurs verpflichtet, nicht durchgesetzt werden (Gardiner et al., 2002).

Bereitstellen von Mitteln oder Möglichkeiten zur Eheeducation für heiratwillige Paare

Gardiner et al. (2002) beschreiben die Vielfalt der staatlichen Aktivitäten, die in die Vorbereitung für eine „healthy marriage“ investieren. Beispielsweise verteilen Florida und Texas Ehe-Handbücher und einen Leitfaden über die Rechte und Verantwortungen innerhalb der Ehe. Arizona nutzt ca. \$1 Million der TANF-Gelder für Ehe- und Kommunikationstrainingskurse und bietet Heiratwilligen Gutscheine für Kompetenztraining. Der Bundesstaat Michigan investiert \$250,000 in ein Pilotprojekt „family formation“ für unverheiratete Paare, um sie bei der Entwicklung einer gesunden Beziehung zu unterstützen (vgl. Brotherson & Duncan, 2004; Gardiner et al., 2002). Die Teilnehmer erhalten eine Steuervergünstigung. Utah entwickelte mit den TANF-Geldern Videos, Webpages und Ehehandbücher mit partnerschaftsrelevanter Informationen für Paare, die heiraten möchten.

Schule: Familienbildung als Schulfach

Neben den Bemühungen, verlobte Paare auf die Ehe vorzubereiten, wenden sich andere Maßnahmen zum Training von Beziehungskompetenzen speziell an Jugendliche. „Two preventive strategies have emerged in the last 20 years, with one focusing on younger adolescents and the other focusing on engaged and married couples.“ (Nielsen, Pinsof, Rampage, Solomon, & Goldstein, 2004, S.486). Spezialisierte Programme in Schulen zielen auf die Entwicklung von gesunden Beziehungen und Ehen ab und werden im Rahmen von „Family and Consumer Sciences (FCS) classes“ unterrichtet. Gardiner et al. (2002) zeigen auf, dass die Entscheidung über schulische Ehevorbereitungs- und Beziehungskurse meist von den jeweiligen Schulbezirken selbst getroffen werden. In neun Staaten konnten jedoch schulische Ehe- und Paartrainingskurse bundesweit durchgesetzt werden. Florida setzt mit dem 1998 verabschiedeten Marriage Preparation and Preservation Act einen Fokus auf eine verbesserte Vorbereitung auf die Ehe. Dieser legt gesetzlich fest, dass Highschool-Students einen Ehe- und Paartrainingskurs absolvieren müssen: „Graduation requires successful completion of (...) academic credits (...) in life management skills to include

consumer education, positive emotional development, marriage and relationship skill-based education.“ (Smart Marriages, 2015. Marriage Preparation and Preservation Act of 1998). Ebenso hat der Bundesstaat Oklahoma ein Beziehungstrainingkurs an allen öffentlichen Highschools eingeführt (vgl. Frykholm, 2008).

2001 gab es landesweit sieben schulische Programme zur Entwicklung von gesunden Beziehungen und Ehen (vgl. Gardner, 2001): The Art of Loving Well; Building Relationships: Skills for a Lifetime; Connections: Relationships and Marriage; Free Teens Relationship Training; Pairs for Peers, Partners Project und Social-Emotional Intelligence. Alle Programme unterrichten Beziehungskompetenzen durch eine Kombination von didaktischen Vorträgen und experimentelle Übungen (vgl. Nielsen et al., 2004).

Das Curriculum „Connections: Relationships and Marriage“ ist mit einer Anwendung in 35 US-amerikanischen Staaten das am weitesten verbreitete. Die meisten der High School Programme sind in ihrer Wirksamkeit noch ungenügend empirisch erforscht, jedoch verzeichnet Gardner (2001) in der Auswertung des „Connections“ eine Verbesserung der Problemlösekompetenzen und einen positiven Einfluss auf die Haltungen der Jugendlichen gegenüber Ehe und Scheidung.

„The Art of Loving Well“ ist ein weiteres Programm zur Ehe- und Beziehungseduktion, das an der Universität von Boston für Schüler der 7.-12. Klasse konzipiert wurde und in 47 amerikanischen Staaten innerhalb von Schulen, Kommunen sowie von kirchlichen Gruppen Anwendung findet. New Hampshire führt ein Pilotprojekt mit dem Programm „The Art of Loving Well“ durch, welches bundesweite Anwendung finden soll (vgl. Gardiner et al. 2002). In South Carolina wurde das Programm in der Vergangenheit über einen Zeitraum von fünf Jahren unterrichtet.

Das „Partners Project“ ist ein videogestütztes Programm von der American Bar Association, das darauf abzielt, Highschool-Students ein besseres Verständnis über die Herausforderungen und Schwierigkeiten einer Ehe zu vermitteln und Beziehungskompetenzen zu fördern (vgl. Brotherson & Duncan, 2004; Gardiner et al., 2002). Einige Schulen in Pennsylvania haben das „Partners Project“ übernommen.

Wisconsin hat einen Gesetzesentwurf angemeldet, welcher vorsieht, an jeder öffentlichen Schule Eheedukation in den Lehrplan mitaufzunehmen. In anderen Staaten sind die entsprechenden Gesetze fehlgeschlagen. Beispielsweise wurde in Arizona der Antrag auf Finanzierung von Ehe- und Erziehungsunterricht an öffentlichen Schulen abgelehnt (vgl. Gardiner et al. 2002).

Hochschule

„Marriage 101“: ein Ehetrainings-Programm für Bachelor-Studierende

„Marriage 101: Building Loving and Lasting Partnerships“ wird als Kurs für Studenten von der Fakultät des Familieninstitutes der Northwestern University von praktizierenden Paartherapeuten angeboten. Für die Teilnahme bekommen die Studenten Credits angerechnet. Damit spricht der Kurs explizit eine Zielgruppe an, die im Vergleich zu Highschool-Students größtenteils bereits wesentliche Beziehungserfahrungen gemacht hat und in ihrer Entwicklung so fortgeschritten sind, dass sie sich der Aufgabe, einen Lebenspartner zu finden und eine tiefe und langfristige Beziehung aufzubauen, widmen (vgl. Nielsen et al., 2004).

Ziel ist es, den Studenten Grundlagenwissen über Ehe und innige Beziehungen zu vermitteln und gleichzeitig die Chancen für eine langfristig erfolgreiche Partnerschaft zu erhöhen (vgl. Marriage 101, 2005). Um dieses Ziel zu erreichen, kombiniert Marriage 101 akademische Methoden (wissenschaftliche Literatur, Vorlesungen, Diskussionen) mit experimentellen Aufgaben und Übungen zur Selbstfindung. Die vierteljährliche Evaluation von Marriage 101 zeigt hervorragende Studentenbewertungen (vgl. Nielsen, Pinsof, Rampage, Solomon, & Goldstein, 2004).

Fakultäten anderer Universitäten nutzen bereits Unterrichtsmaterialien wie Handbücher für Lehrer, Übungsbücher und Videos, um mehr Studenten mit den Kursen zu erreichen (vgl. Lowe, Scott-Lowe & Markman, 2003; Parrott & Parrott, 2000, zit. nach Nielsen et al., 2004). So wird beispielsweise der Bestseller „Fighting for your marriage“ von Markman, Stanely & Blumberg inclusive einer DVD in einem Hochschulkurs verwendet.

Militär

Im US Militär wurde die Tatsache genutzt, dass hier ähnlich wie im Kontext Schule die Mitglieder zur Teilnahme an einem Präventionsprogramm verpflichtet werden konnten. Auf diese Weise erreicht das Militär einen großen Anteil seiner Angehörigen und deren Partner mit entsprechenden Beziehungstrainings.

Building Strong and Ready Families (BSRF): Ebenso wie der Einsatz in Kriegsgebieten mit psychischen Störungen einhergeht, steigt das Risiko für Beziehungsprobleme bei Paaren, bei denen ein Partner im Militär tätig ist. Um diesem vorzubeugen, wurde das Building Strong and Ready Families in 11 Militärbrigaden eingeführt. Das Programm ist eine Adaption und eine, um einige Komponenten erweiterte, Version von PREP und wird durch geschulte Militäregeistliche umgesetzt (vgl. Stanley et al., 2005).

„Strong Bonds, Strong couples“ (S. Johnson, K. Rheem 2006-2008)

Das folgende Programm wurde aus dem Ansatz "Halt mich fest" (siehe oben) entwickelt. Es wurde im Rahmen der US Armee eingesetzt und zielt darauf ab, Soldaten nach Stationierung im Ausland bzw. Kampfeinsatz und ihre Partnerinnen wieder zu einer Verbindung in der Paarbeziehung zu verhelfen. Dieses Programm ebenso wie der Ansatz Halt mich fest legen eine Bindungstheorie von erwachsenen Paarbeziehungen zu Grunde. Dies macht bei der hier angesprochenen Klientengruppe besonders Sinn, da Auslandseinsätze von Soldaten für die Paarbeziehung zwangsläufig eine Trennung bedeuten mit dem dazugehörigen Beziehungsstress. Hinzu kommt, dass die Soldaten im Auslandseinsatz bzw. Kampfeinsatz eine bestimmte mentale Einstellung einnehmen müssen (Kampfgeist) was bedeutet, dass sie auf der Hut sein und sich nicht entspannen dürfen, häufig Gefühle unterdrücken oder gar ganz ausschalten müssen, um der Kampfsituation gerecht zu werden und überhaupt ihre Emotionen in hohem Maße kontrollieren müssen, um im Kampf zu überleben. Diese Einstellung ist natürlich dem, was in einer nahen emotionalen Beziehung gefordert ist, diametral entgegengesetzt. Hinzu kommt häufig, dass die Soldaten mit leichten bis schwereren Traumatisierungen aus dem Kampfeinsatz zurückkehren. Für Posttraumatische Belastungsstörungen ist es typisch, dass die Betroffenen versuchen alle Emotionen zu unterdrücken, weil diese als Auslöser für die Reaktivierung des Traumas wirken. Sie versuchen sich gegen die mit dem Trauma verbunden schmerzhaften Gefühle taub und gefühllos zu machen und sind dadurch innerhalb der Paarbeziehung für den Partner nicht erreichbar. Für den Partner wiederum bedeutet die Stationierung im Ausland einen lang anhaltenden Trennungsschmerz, der häufig noch mit besonderen Herausforderungen bei der Bewältigung des Alltags ohne den Partner, z.B. AI, verbunden ist. Beide Partner erfahren also durch die Auslandsstationierung Isolation und damit verbundenen Beziehungsstress. Nach der Rückkehr des Soldaten können typische Teufelskreis entstehen. Anstatt nun Sicherheit und Entspannung im Kontakt zum anderen zu finden, sind beide verunsichert und können dadurch wiederum dem anderen nicht die Signale anbieten, die er braucht, um sich sicher zu fühlen und sich entspannen zu können. Dies wiederum erhöht den Stress in der Beziehung zum anderen, macht angespannter und gereizter, was wiederum weitere problematische Interaktionen hervorruft, die zu weiterer Distanzierung der Partner voneinander führen. Um diesen Herausforderungen zu begegnen, wurde das schon vielfach bewährte Programm "Halt mich fest" für die spezielle Gruppe der heimkehrenden Soldaten und ihre Angehörigen adaptiert. Das Programm wird von der US Armee ihren Angehörigen in Wochenendkursen angeboten und hat sich als äußerst hilfreich erwiesen, um den heimkehrenden Soldaten und ihren Partnerinnen bei der Wiedervereinigung in der Paarbeziehung zu helfen. Auf diese Weise wird die Bindungsbeziehung zwischen den Partnern wieder hergestellt, was zugleich entlastend auf die Kriegssymptome wirkt. Es ist dies ein Beispiel, wie eine große Organisation/Institution an ihre Angehörigen ein bewährtes Präventionsprogramm für Paare einer großen Anzahl von Betroffenen zugänglich machen kann.

Rahmenbedingungen für die Förderung von Paarkompetenzen - aktuelle Situation und Perspektiven in Deutschland

Voraussetzung für eine umfangreiche präventive Ehe-/ Beziehungsförderung, ist die Aufnahme in die politische Agenda und das Bereitstellen von finanziellen Mitteln. Die Übersicht zeigt auf, dass eine ganze Reihe von Ländern in diesem Sinne bereits sehr umfangreiche Schritte vorgenommen hat, um die Prävention von Paarproblemen zu einer gesellschaftlichen und staatlichen Aufgabe zu machen. Daran beteiligt sind u.a. Ministerien der „Health & Human Services“ (USA), „Family and Community Services“ (Australien), „Children and Family Affairs“ (Norwegen) sowie das „Ministry of Social and Family Development“ (Singapur). Analog dazu wäre eine öffentliche Förderung von Paarpräventionsprogrammen in Deutschland am Bundesministerium für Gesundheit - im Kontext der Gesundheitsförderung -, sowie am Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend anzusiedeln. Die Frage ist an dieser Stelle, welche Rahmenbedingungen für dieses Vorhaben geschaffen werden müssten bzw. welche gesetzlichen Grundlagen hierfür schon vorhanden sind. Im folgenden wird ein Überblick über Gesetze und institutioneller Rahmenbedingungen gegeben, die hierfür Erfolg versprechende Ansatzpunkte darstellen.

Präventionsgesetz

Der Deutsche Bundestag hat im Juni 2015 das Gesetz zur Stärkung der Gesundheitsförderung und der Prävention (Präventionsgesetz – PräVG) verabschiedet. Kranken- und Pflegekassen werden zukünftig mehr als 500 Mio. Euro in die Prävention und Gesundheitsförderung investieren (vgl. Bundesministerium für Gesundheit, 2015). Neben der Weiterentwicklung von Früherkennungsuntersuchungen und Verbesserung des Impfschutzes, ist es erklärtes Ziel, die Gesundheitsförderung direkt im Lebensumfeld zu stärken. „Künftig soll ein stärkeres Augenmerk auf individuelle Belastungen und auf Risikofaktoren für das Entstehen von Krankheiten gelegt werden. Ärztinnen und Ärzte erhalten die Möglichkeit, Präventionsempfehlungen auszustellen und damit zum Erhalt und zur Verbesserung der Gesundheit ihrer Patienten beizutragen.“ (Bundesministerium für Gesundheit, 2015)

Bundeskinderschutzgesetz

Das 2012 eingeführte Bundeskinderschutzgesetz schafft die rechtliche Grundlage dafür, Familien Angebote der Frühen Hilfen leicht zugänglich zu machen und stärkt alle Akteure, die sich für das Wohlergehen von Kindern zu engagieren (vgl. BMFSFJ 2015). Wie oben aufgezeigt, spricht alles dafür, dass man auch unmittelbar den Kindern in der Familie Unterstützung bietet, wenn man die Paarbeziehung der Eltern stärkt. Verschiedene Länder, auch in Europa, haben aus dieser Erkenntnis die entsprechenden Konsequenzen für das staatliche Handeln gezogen. Vorreiter an dieser Stelle ist Norwegen, wo das Ministerium für Kinder und Familien 1994 einen staatlich geförderten Plan zur Bereitstellung von Beziehungsedukations-Programmen einführte, an dessen Umsetzung nun viele verschiedene Organisationen und lokale Behörden beteiligt sind. „Before this, there were only a few educational programs for couples, mainly offered by organizations within the Christian church.“ (Thuen & Lærum, 2005, S.178).

Kinder- und Jugendhilfe SGB VIII § 16: Allgemeine Förderung der Erziehung in der Familie

Ferner wäre eine umfassende Einführung von Paarpräventionsprogramme in Deutschland im Kontext von familienbezogener Bildungsmaßnahmen vorstellbar. Mit dem §16 des SGB VIII sollen Leistungen der allgemeinen Förderung der Erziehung in der Familie angeboten werden. Darunter fallen Angebote der Familienbildung, die u.a. „junge Menschen auf Ehe, Partnerschaft und das Zusammenleben mit Kindern vorbereiten.“ (SGB VIII §16 II Nr.1). Des Weiteren regelt SGB VIII §16 III: „Müttern und Vätern (...) sollen Beratung und Hilfe in Fragen der Partnerschaft und des Aufbaus elterlicher Erziehungs- und Beziehungskompetenzen angeboten werden.“ (vgl. Bundesministerium der Justiz und für Verbraucherschutz, 2015).

Ansätze, um breite Anteile der Bevölkerung zu erreichen

Breitere Information für die Öffentlichkeit

Um mehr Individuen, Paare und Familien anzusprechen, muss im Rahmen der Disseminationsbemühungen der Fokus auf die Bekanntmachung und Bereitstellung von Programmen gelegt werden (vgl. Job et al., 2014, S.17). „Dissemination of such integrated marriage education programs also will depend on greater acceptance by faculty and administrators outside the disciplines of marriage, communication, and human relationships.“ (Nielsen et al., 2004, S. 493). Als Zugangsbarrieren werden in diesem Zusammenhang oft genannt: Paare würden häufig die persönliche Notwendigkeit für ein Paartraining nicht erkennen, verstehen Paartrainings als Training für Paare mit Problemen oder sehen Präventionsprogramme im Gruppenkontext als Eingriff in die Privatsphäre.

Die Massenmedien könnten an dieser Stelle das öffentliche Wissen über die Existenz von Ehe- und Beziehungseduktion als frühe Interventionsform erhöhen. Sie können zur Bekanntmachung und Akzeptanz beitragen, indem sie die Ehe- und Paaredukation als lohnenswert und als gesellschaftlich normativ avancieren. Ziel ist es, dass die Teilnahme an einem Präventionsprogramm für Paare breite Akzeptanz in der Bevölkerung erringt, im selben Maße wie Präventionsprogramme im somatischen Bereich (Bsp. jährliche Zahnprophylaxe, Krebsvorsorge). Oklahoma hat für die Promotion von Paarkompetenzen eine Medienkampagne gestartet. Auch am Beispiel von Norwegen wird deutlich, dass die Medien im Rahmen von Radiosendungen, Zeitschriftenartikel bzw. Werbung in der lokalen Zeitung eine zentrale Rolle in der Bekanntmachung der Präventionsprogramme einnehmen.

In der Bestandsaufnahme familienbezogener Bildungsmaßnahmen in Deutschland, analysierte Plankensteiner, dass viele Angebote auf einer Komm-Struktur basieren. Diese Form der passiven Rekrutierung mit dem „Warten“ auf Teilnehmer setzt voraus, dass die Zielgruppen überhaupt von den Angeboten erfahren (vgl. Plankensteiner et al., 2006). Um die Nachfrage steuerbar zu machen, schlägt Plankensteiner folgendes vor: „Mit Hilfe verstärkter Öffentlichkeitsarbeit könnte dagegen ein Nachfrage- bzw. Bedarfspotential stärker ausgeschöpft werden.“ (Plankensteiner et al., 2006, S.161). Es geht darum, gezielte Öffentlichkeitsarbeit zu betreiben, die dort ansetzt, wo sich die potentiellen Teilnehmer befinden: Vorträge von Wissenschaftlern zu Paarthemen, Promotion auf Gesundheitsmessen, Auslegen und Verteilen von Flyern an diversen Einrichtungen des Gesundheitswesens und des Familiendienstes bzw. an Orten wie Schulen und Universitäten.

Ein attraktiver Werbeslogan kann dazu eingesetzt werden, die Präventionsprogramme in den Köpfen der Kunden zu verankern. Beispielsweise propagiert das baden-württembergische Landesprogramm STÄRKE seine Kurse zur Stärkung der Erziehungskompetenz mit dem ansprechenden Slogan „Erziehung braucht STÄRKE - gönnen Sie sich einen Elternkurs“ (vgl. Karlsruhe Landesprogramm Stärke, 2015). Zu betonen wäre, dass der Fokus dabei auf dem Lernen liegt und es nicht um Intervention bzw. Therapie geht.

Für die mediale Verbreitung von partnerschaftsrelevanten Informationen eignen sich u.a. professionell produzierte Radio- und TV-Sendungen mit eingängigen Tipps für eine gesunde Partnerschaft sowie Zeitschriftenartikel, die die Faktoren beschreiben, welche risikobehaftet für zukünftige Partnerschaftsprobleme sind. Eine sehr einseitige Angebotsform mit Kursen, fast ausschließlich von der katholischen Kirche, wie bislang üblich, ist nicht repräsentativ für die Bedürfnisse der Gesamtbevölkerung. In Australien werden Paarpräventionsmaßnahmen von einer großen Bandbreite kommunaler, kirchlicher und kirchenzugehöriger Träger bereitgestellt, die in gut funktionierender Kooperation miteinander agieren. Dieses Netzwerk von Organisationen deckt damit eine große Nachfrage ab und antwortet auf das breite Spektrum von unterschiedlichen (Werte-) Bedürfnissen bei der Bevölkerung.

Als potentielle Anbieter von Paar- und Beziehungsedukationsprogrammen bieten sich bestehende Praxisinstitutionen an, die bereits Organisationsstrukturen, Personal und große Erfahrungen mit den Paaren in der Region haben (vgl. Job et al., 2014; Doss et al., 2010). „Relationship education also needs to be integrated with broader community initiatives to engage more couples.“ (Halford, 2004, S.564). Die Beispiele internationaler Disseminationsstrategien zeigen, dass oftmals Anbieter, die nicht in erster Linie Paar- und Beziehungseduktion leisten, es dennoch in ihr Curriculum integrieren und

ihren Mitgliedern anbieten. Richtungsweisend ist die Oklahoma Marriage Initiative, bei der verschiedene Dienstleister der Kommune als Ausbilder geschult wurden.

Institutionen des Gesundheitssystems

„Because of the widespread negative impact of relationship conflict and dissolution on both physical and mental health, these interventions could become an important part of health service delivery.“ (Christensen & Heavey, 1999, S.186). Wie erläutert, zeigen Studien den Zusammenhang zwischen Partnerschaftskonflikten, Trennung und Scheidung und zahlreichen psychischen und körperlichen Störungen wie Schlafstörungen, Depressionen, Angststörungen, Gewichtsprobleme, sexuelle Dysfunktionen, Herzerkrankungen sowie ein gesteigerter Alkohol- und Substanzmissbrauch. Zugleich lässt sich nachweisen, dass die Nutzer von paar bezogenen Interventionen ihre Inanspruchnahme von Gesundheitsleistungen signifikant reduzieren. Aus der Perspektive der öffentlichen Gesundheitsförderung ist es daher dringend erforderlich, diese Dimension der Prävention in den bezuschussten Präventionskatalog mitaufzunehmen. Wenn das Bewusstsein für die Wichtigkeit von gesunden und stabilen Paarbeziehungen bis in die Köpfe vorgedrungen ist, ist eine ähnliche Entwicklung der Gesundheitsvorsorge für die Paarbeziehung vorstellbar, ähnlich wie sie im Rahmen der Burnoutprophylaxe stattgefunden hat: Stress- und Zeitmanagement, Work-Life-Balance, Resilienz entwickeln und Entspannungstechniken erlernen finden heutzutage weitgehende Anerkennung in der Gesellschaft. Der Präventionsgedanke ist damit vom somatischen Bereich in den psychologischen Bereich übergegangen und Aufgabe für alle Akteure des Gesundheitswesens. „Seit 2007 sind alle Krankenkassen verpflichtet, präventive Gesundheitsmaßnahmen zu bezuschussen.“ (Reha-patient.de, 2010). Die Kassen bieten eine Vielzahl von Präventionsmaßnahmen zu den Themen Ernährung, Bewegung, Stressbewältigung, Raucherentwöhnung oder Rückenschule an. Um ihren Mitgliedern finanzielle Anreize für ein gesundheitsbewusstes Leben zu schaffen, übernehmen die Kassen bis zu 80% der Kosten (vgl. Reha-patient.de, 2010).

Dienstleister rund um die Geburt

Der Übergang zur Elternschaft stellt eine Zeit dar, in der Paare einem höheren Risiko für Beziehungsstress ausgesetzt sind. Daher hat diese Phase Potential, um Paare zu erreichen. Wie das Beispiel des Programms Couple CARE for parents von Australien zeigt, können Paaredukationsprogramme bei Frauenärzten, Hebammen und Geburtskliniken beworben werden und an bereits bestehende Geburtsvorbereitungskurse, Elternprogramme etc. angegliedert werden. Oklahoma trägt der Prävention am Übergang zur Elternschaft mit dem landesweiten Programm „Children First“ Rechnung, indem geschulte Hebammen nach Hause entsandt werden und neben Dienstleistungen zu Geburt und Kindererziehung auch die Beziehungen der Eltern in den Blick nehmen und sie ggf. auf Präventionsprogramme aufmerksam machen (s. Kapitel 7.1.3). Norwegen entwickelt derzeit ein staatlich gefördertes Programm für werdende Eltern mit dem Ziel, es allen Paaren, die ihr erstes Baby erwarten, zur Verfügung zu stellen. Vorteil dieser Disseminationsstrategie ist, dass auch diejenigen Paare erreicht werden, die von sich aus keine Dienstleistungen suchen würden, die aber einen Geburtsvorbereitungskurs besuchen. In Deutschland liegt in Form des Programms „Wir werden Familie“ bereits ein ausgearbeitetes Angebot zur Prävention von Partnerschafts- und Bindungsproblemen am Übergang zur Elternschaft vor.

Betriebliche Gesundheitsförderung

In Deutschland ist die Gesundheitsförderung am Arbeitsplatz und in Betrieben im Präventionsgesetz verankert. Viele Unternehmen haben die Wichtigkeit von betrieblicher Gesundheitsförderung bereits erkannt und Projekte zur Förderung der Work-Life-Balance auf der Grundlage von krankheitsbedingten Fehlzeiten in ihr Unternehmen eingeführt. Dominierende Themen sind psychosoziale Belastungen/ Stressbewältigung, Ernährung, Bewegung und Rückengesundheit sowie Suchtmittelkonsum (vgl. Froböse, Wilke, & Biallas, 2010). In diesen Handlungsfeldern existieren bereits vielfältige, durch die gesetzlichen Krankenkassen geförderte Kurse. Dieser Kontext bietet den optimalen Ansatzpunkt für die Etablierung der Prävention von Beziehungsproblemen bei Paaren.

Institutionen der Familienbildung

Die internationale Forschung zeigt, dass frühe Paar-Interventionsmaßnahmen häufig in Familienzentren angesiedelt sind, die auch Paarberatung und Erziehungsprogramme anbieten. In Deutschland existieren in diesem Sektor zwar bereits Paarkurse, jedoch machen sie einen sehr geringen Anteil der jährlichen Angebote in Familienbildungsstätten aus. Am ehesten kommen sie noch in Erwachsenenbildungsstätten zum Einsatz (vgl. Plankensteiner et al., 2006). Insofern zeigt das Handlungsfeld der familienbezogenen Prävention weitere Ausbaupotenziale für präventive Paartrainings. Zum einen könnten Paarpräventionsprogramme in das bestehende Angebot familienbezogener Bildungsmaßnahmen wie Erziehungskurse, Eltern-Kind-Gruppen etc. integriert werden. Zum anderen könnten sie als separate Kurse von denselben Trägern angeboten werden. „Eltern-Kind-Gruppen können neben ihrer eigenständigen Funktion der Förderung von familiären und elterlichen Kompetenzen als „frühe“ Angebote auch den Boden dafür bereiten, spätere familienbezogene Präventionsangebote zu nutzen („Türöffnerfunktion“).“ (Plankensteiner et al., 2006, S. 153). Das baden-württembergische Landesprogramm stärken ist ein Beispiel dafür, wie durch ein entschlossenes und zielgerichtetes staatliches Handeln bestimmte Präventionsangebote großflächig implementiert werden können. In Baden-Württemberg hat ein Zusammenschluss aus Landesregierung, kommunalen Landesverbänden, Kirchen, freien Trägern der Jugendhilfe und der Familien- und Elternbildung das Landesprogramm STÄRKE entwickelt. STÄRKE soll Eltern dazu ermutigen, Elterntreffs oder Elternkurse zu besuchen. Zwischen 2008 und 2013 wurden mit STÄRKE 170.000 Familien unterstützt (vgl. Ministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie, Frauen und Senioren Baden-Württemberg, 2015). „Seit Juli 2014 bietet STÄRKE Zuschüsse in Höhe von bis zu 100 Euro für die Teilnahme an allgemeinen Familienbildungsangeboten für Familien mit Kindern im ersten Lebensjahr für Familien mit finanziellem Unterstützungsbedarf.“ (Karlsruhe Landesprogramm Stärke, 2015).

Schulen

Ein weiteres Setting für Beziehungstrainings im Rahmen der allgemeinen Gesundheitsförderung und Familienbildung bieten Schulen. Ebenso wie sexuelle Aufklärung und Sexualpädagogik stellt Beziehungstraining bzw. Ehevorbereitung ein lebenspraktisches Thema dar, das in den Bildungsplan aufgenommen werden sollte. Die öffentlichen Erziehungsinstanzen nehmen damit ihre grundlegende Sozialisationsaufgabe wahr, indem sie Jugendliche auf das Erwachsenenleben bzw. das Leben in der eigenen Familie vorbereiten. Vor allem in den USA und Australien wurden bereits spezialisierte Programme für Schulen etabliert, die auf die Entwicklung von gesunden Beziehungen und Ehen abzielen. In USA wird dies in vielen Staaten in das Fach „Family and Consumer Sciences (FCS) classes“ integriert. Kanada gelang es, mit der Implementierung von „Roots of Empathy“ (ROE), einem Curriculum zur Gewaltprävention und Förderung von prosozialem Verhalten, eine Vielzahl von Schülern zu erreichen. Es sank nicht nur das Aggressionspotential unter den Schülern, sondern es konnte auch eine Verbesserung der Sozialkompetenz und verbesserte Empathiefähigkeit verzeichnet werden (vgl. Roots of Empathy, 2015). Das Programm stellte die Effektivität von schulischen, übungsorientierten Präventionsprogrammen unter Beweis und wird auch in USA, Neuseeland, UK und Europa angewandt und neuerdings auch in einigen deutschen Bundesländern, unter anderem in Bremen (vgl. Schonert-Reichl, Smith, Zaidman-Zait & Hertzman, 2012). „Because of their population reach, schools are a natural setting for mental health promotion and violence prevention.“ (Santos et al, 2011, S. 82). Dieses Modell könnte richtungsweisend für eine Implementierung von präventiven Beziehungsedukationsprogrammen an Schulen in Deutschland sein. Programme mit dem Fokus auf beziehungsrelevantes Kompetenztraining könnten die bereits bestehenden Bildungsinitiativen an Schulen, wie die Prävention von Gewalt, Mobbing, Diskriminierung, Belästigung und sexueller Aufklärung ergänzen. Insgesamt wäre die Einführung des Schulfaches „Familienbildung“ wünschenswert als ein Ort, an dem derartige Kompetenzen in einer Institution vermittelt werden können, die von allen Gesellschaftsmitgliedern durchlaufen werden muss.

Hochschule

Die Auswertung des akademischen Kurses Marriage 101 in den USA zeigt, dass es lohnenswert ist, für Studenten an der Universität einen Kurs für die Verbesserung der Beziehungen und Ehen anzubieten. Studierende sind im jungen Erwachsenenalter im Grunde die prädestinierte Zielgruppe für derartige Präventionsprogramme. Sie sind in die ersten länger dauernden Partnerschaften involviert und beschäftigen sich intensiv mit Fragen von Partnerschaft, Verbindlichkeit, Zukunftsplanung et cetera. Es konnte gezeigt werden, dass die Studenten ihre Beziehungskompetenzen für eine zufriedene Partnerschaft erhöhten (vgl. Nielsen et al., 2004).

Standesämter

Wie das Beispiel einiger amerikanischen Bundesstaaten, Australien wie auch Singapur zeigt, kann das Standesamt als wichtiger Multiplikator fungieren. Standesämter könnten auch in Deutschland für Präventionsprogramme werben, indem sie Heiratswilligen bei der Anmeldung zur Eheschließung einen Flyer oder Video mit wichtigen Informationen über die Prädiktoren für den Erhalt einer zufriedenen Partnerschaft und den Nutzen von Präventionskursen überreichen. Je nach Höhe der staatlichen Finanzierung können auch Gutscheine für einen Präventionskurs verteilt werden. In Deutschland wird bei der Anmeldung zur Eheschließung (früher „Aufgebot“) die Eheschließungsfähigkeit geprüft. Hierbei werden je nach Bundesland unterschiedliche Gebühren erhoben (vgl. Unser Tag. Standesamtliche Trauung). Analog zum amerikanischen Modell, bei dem in einigen Bundesstaaten Vergünstigungen bei der „marriage license“ bei Teilnahme an einem Präventivkurs erworben werden können, könnte in Deutschland ein Anreiz für die Teilnahme an einem Ehevorbereitungskurs dadurch geschaffen werden, dass die Gebühren zur Anmeldung der Eheschließung erlassen werden.

Wellness-Sektor

Trainings zur Verbesserung der Beziehungskompetenzen können auch im Wellness-Sektor Anwendung finden. Bei Sensus in Schweden wird PREP als Gesundheitsversorgung und Wellness für die Partnerschaft vermarktet. Wie das norwegische Beispiel zeigt, bieten manche Träger Geschenkgutscheine für Paartrainings mit Hotelübernachtung inklusive Vollpension an. Das an die Universität Zürich angegliederte „Paarlife“ bietet ebenfalls Paarlife-Ferien auf Mallorca an, allerdings zu einem kostspieligen Preis.

Prävention für verschiedene Subgruppen

Eine zeitgemäße und weitreichende Präventionsarbeit muss Paare mit passgenauen Angeboten ansprechen und daher den unterschiedlichen Lebensumständen Rechnung tragen, die für Partnerschaftsprobleme einen weiteren Nährboden bilden können (vgl. Hahlweg, Baucom, Grawe-Gerber & Snyder, 2010). Ausschlaggebend im Rahmen der Disseminationsbemühungen ist auch hier wieder die Bekanntmachung existierender Angebote sowie die öffentliche Bewusstseinsentwicklung für das Vorhandensein von Risikofaktoren in der Beziehung. Analog zum „Wir werden Familie - Ein Kurs zur Vorbereitung auf die erste Elternschaft“ Programm, müssten noch weitere Programme in Deutschland angeboten werden, die Paare darin unterstützen, trotz unterschiedlichen Herausforderungen eine erfüllende Beziehung aufrecht zu erhalten. Auszubauen wären gezielte Präventionsprogramme für Paare, bei denen mindestens ein Partner geschieden ist oder mindestens ein Partner als Kind die Scheidung der Eltern erlebt hat.

Sinnvoll wäre es darüber hinaus, Paaren entsprechend ihrer unterschiedlichen Belastung unterschiedlich intensive Angebote zu machen. Ein entsprechendes Mehrebenen-Modell für Paarinterventionen könnte wie folgt aussehen: Auf der ersten Ebene geht es um universelle Paarprävention durch eine ansprechende mediale Vermittlung von partnerschaftsrelevanter, wissenschaftlich fundierter Informationen. Die zweite Ebene richtet sich an Paare, die ihre Beziehung verändern wollen - ohne oder mit wenig Expertenkontakt. Hier eignen sich Selbsthilfebücher, DVDs mit Übungsanleitungen, Kurse mit dem Ziel, über die Partnerschaft zu reflektieren oder mediengestützte Programme. Bei der dritten Ebene handelt es sich um eine intensivere Intervention mit Expertenkontakt in Form von konkreten Paarpräventionstrainings, während die vierte Ebene eine regelrechte therapeutische Intervention im Sinne von Paarberatung beinhaltet (vgl. Hahlweg et al.,

2010; Job et al., 2014). „In stepped care, the focus is on making less-intensive and lower cost interventions broadly available and on making more intensive and expensive interventions available to people with the greatest need.“ (Halford, 2004, S.564).

Mittels einer selbststeuerbaren, web-basierten Bestandsaufnahme (inventory) wie RELATE es anbietet, könnten Paare online und anonym das Stärken- und Schwächenprofil ihrer Beziehung ermitteln. Je nach Ergebnis würden ihnen direkt nach der Auswertung weiterführende Informationen zur Verfügung gestellt bzw. ein individuell für ihr Profil geeigneter Beziehungskurs vorgeschlagen werden. „In current practice, skills-training CRE is typically applied universally to all couples, with the implicit assumption that a common set of skills will be of use to most if not all couples.“ (Halford et al., 2008, S. 502). Daher würden Kurse mit thematisch unterschiedlichen Schwerpunkten angeboten werden und dem Paar entsprechend ihres Profils gelungene Kommunikation, Problemlösung, Sexualität, emotionaler Selbstöffnung, Stärkung des „Wir-Gefühls“, Verbundenheit und Hingabe, Erwartungen, gemeinsame Zeit für eine lebendige und erfüllte Partnerschaft bis hin zu Freundschaft und Aufmerksamkeit füreinander, vorgeschlagen werden.

Diese Kurse könnten sowohl im Gruppenformat angeboten werden – hier müsste ein Link Auskunft darüber erteilen, welche Anbieter in der Region speziell den vorgeschlagenen thematischen Präventionskurs anbieten. Für diejenigen Paare, die den Zugang zu psychologischer Bildung über selbstgesteuerte Programme bevorzugen, müsste ein Link zu einem Onlineshop hergestellt werden. Dort wären einerseits DVDs, Ratgeber und Übungsbücher erhältlich. Andererseits könnte dort ein flexibler Beziehungstrainingskurs analog zum ePREP oder Couple CARE-Programm gebucht werden, der neben DVD- und ratgebergestützten Übungen auch Skype- bzw. Telefonberatung mit einem professionellen Berater beinhaltet.

„The development of individual couple relationship risk and resilience profiles (such as with inventory-based programs) could be combined with active development of cognition and skills (as in the skills training approach).“ (Halford, 2004, S.564). Ein Beispiel existiert bereits, welches das web-basierte RELATE mit dem kompetenztrainingsorientierten Couple Care Programm kombiniert (Halford et al., 2008).

In Deutschland existieren bereits einige interaktive DVDs, die sich auf EPL und Paarlife stützen. Weiter auszubauen wären bereits existierende kostengünstige, selbstgesteuerte Online Kurse, wie die web-basierten „inventories“ wie RELATE, die als Beziehungsscheck für Paare fungieren und im Rahmen eines präventiven „Partnerschaftsgesundheitservices“ angeboten werden könnten.

Schlussfolgerungen und Empfehlungen

Die Qualität und Stabilität von Paarbeziehungen ist von entscheidender Bedeutung für die körperliche und psychische Gesundheit nicht nur für die betroffenen Partner selbst, sondern auch für das Aufwachsen ihrer Kinder und damit für die Gesellschaft als Ganzes. Wenn Paarbeziehungen scheitern, so ist dies mit einem hohen Schaden für alle Beteiligten und mit erheblichen Kosten für das Gemeinwesen insgesamt verbunden. Eine Scheidungsrate von 45-50 % ist mit einer hohen und langanhaltenden Belastung für die Betroffenen und ihre Kinder verbunden und belastet das Gesundheits- und Sozialwesen sowie die Gesellschaft als Ganzes mit jährlichen Kosten in Milliardenhöhe. Insofern muss die Prävention von Paarproblemen und Trennung/Scheidung als eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe angesehen werden und erfordert eine klare Übernahme der Verantwortung staatlicher Institutionen in diesem Bereich sowie konkrete Präventionsinitiativen. Die im Grundgesetz verankerte besondere staatliche Verantwortung für Ehe und Familie muss auf dem Hintergrund der ausgeführten Erkenntnisse neu interpretiert werden als eine besondere Verantwortung des Staates für das Gelingen auf Dauer angelegter Paarbeziehungen. Dass dieser Schritt von staatlicher Seite erfolgreich vollzogen werden kann und damit ein erheblicher Anteil der Bevölkerung mit entsprechenden Angeboten erreicht werden kann, zeigen den dargestellten Beispiele aus verschiedenen Ländern.

In Deutschland ist die katholische Kirche bislang der einzige nennenswerte Anbieter derartiger Maßnahmen. Die hohe Bedeutung, die Ehe und Familie für die katholische Kirche hat, und die gerade aktuell noch einmal erneut betont wurde, fordert auch hier den weiteren Ausbau dieser Angebote. Angesichts der gesellschaftlichen Bedeutung kann diese Aufgabe aber nicht allein der katholischen Kirche überlassen werden.

Die Erkenntnisse zur sozialen Vererbung des Scheidungsrisikos machen deutlich, dass in der Gesellschaft insgesamt erhebliche Defizite hinsichtlich der Kompetenzen bestehen, die es für gelingende Paarbeziehungen braucht. Die Vermittlung solcher Beziehungskompetenzen kann also nicht allein den Eltern und der Familie überlassen werden, weil sich sonst negative Modelle von Paarbeziehung und das Risiko ihres Scheiterns weiter fortpflanzen werden. An dieser Stelle ist es erforderlich, dass die Vermittlung von Beziehungskompetenzen für alle Gesellschaftsmitglieder verpflichtend und flächendeckend geschieht und von daher Eingang in die schulische und weiterführende Bildung finden muss (Stichwort: Beziehungskompetenz und Familienbildung als Schulfach). Darüber hinaus sollten alle gesellschaftlichen Institutionen, die eine große Anzahl an Personen erreichen, sich als Vermittler solcher Angebote verstehen und dafür entsprechende Kontexte schaffen; dies wäre insbesondere: Bildungseinrichtungen, betriebliche Vorsorge, Sozialdienste, Militär, Standesämter etc.

Es ist eine Neuorientierung im Gesundheitswesen erforderlich in dem Sinne, dass die Paarbeziehung als ein wesentlicher Faktor sowohl für die Entstehung von gesundheitlichen Störungen als auch für deren Prävention und Behandlung ernst genommen wird. Die Behandlung von Beziehungsstörungen und deren Prävention muss Aufnahme in den Leistungskatalog der gesetzlichen Krankenversicherung finden. Darüber hinaus muss die in vielen Bereichen bislang schon erfolgreiche Verbreitung von Präventionsmaßnahmen (z.B. im Bereich der Frühen Hilfen, der Suchtprophylaxe etc.) auf den Bereich der Paarbeziehung ausgedehnt werden.

Die in anderen Ländern erprobten innovativen Strategien für die Verbreitung von Präventionsprogrammen für Paare sollten auf ihre Tauglichkeit für die Situation in Deutschland in Modellprojekten getestet werden. Konkret könnte dies beinhalten: Modellversuche zu Familienbildung als Schulfach und als Seminarangebot im Hochschulbereich; Modellprogramme im Bereich der Krankenversicherungen, der Bundeswehr, der betrieblichen Gesundheitsförderung, der Geburtsvorbereitung usw.; eine intensive Werbung für entsprechende Präventionsprogramme über die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, die Standesämter, Institutionen der

Familienbildung und Familienberatung usw. Für derartige Modellprojekte müssten entsprechende finanzielle Fördermittel bereitgestellt werden.

Unter den innovativen Strategien ragen insbesondere solche Programme heraus, die präventive Maßnahmen und die Vermittlung von Beziehungskompetenzen auf dem Weg über (digitale) Medien anbieten. Auch hier sollten Modellprojekte für den deutschen Bereich gestartet und entsprechend finanziert werden, um zu testen, ob man auf diesem Wege eine größere Zahl insbesondere an jungen Menschen (mit einer stärkeren Orientierung an digitalen Medien) erreichen kann.

Solche Institutionen, die schon jetzt präventive Angebote für Paarbeziehungen machen (wie z.B. die katholische Kirche, Familienbildungsträger) sollten ihre bestehenden Angebote diversifizieren, d.h. aus dem breiten Spektrum der bestehenden Präventionsprogramme verschiedene solcher Konzepte mit jeweils unterschiedlichen theoretischen und weltanschaulichen Hintergründen in ihr Angebotsspektrum aufnehmen, um auf diese Weise den spezifischen Bedarfen unterschiedlicher Nutzergruppen besser gerecht zu werden; dies wären insbesondere: Angebote für junge Menschen auf der Suche nach dauerhaften Paarbeziehungen, für junge Erwachsene am Beginn langfristig angelegter Paarbeziehungen, Paare am Übergang zur Elternschaft, Elternpaare mit Kindern in jeweils unterschiedlichen Altersphasen, Paare in der Phase des Austritts aus dem Berufsleben, gleichgeschlechtliche Paare, Paare mit einem Partner mit chronischer Erkrankung usw. Diese unterschiedlichen Bedarfe der potentiellen Nutzer sollten dabei im Vorfeld der Anwendung von Präventionsmaßnahmen differenzierter erhoben werden, gegebenenfalls durch eine entsprechende klinische Diagnostik.

- Acker, E. V. a N. (2008): Capacity challenges for service delivery of marriage and relationship education. *Family Relationships*, (9), 7–9.
- Amato, P. R. (2001): Children of divorce in the 1990s: An update of the Amato and Keith (1991) meta-analysis. *Journal of Family Psychology*, 15, 355–370.
- Andreß, H. (2004): Wenn aus Liebe rote Zahlen werden. Über die wirtschaftlichen Folgen von Trennung und Scheidung. *Informationsdienst Soziale Indikatoren*, 31(1-5).
- Armada Nacional República de Colombia (2014): Howard Markman capacita a líderes PREP. Zugriff am 18.08.2015, von <https://www.armda.mil.co/eng/search/node/prep>
- Australian Bureau of Statistics (2014): 3310.0 - Marriages and Divorces, Australia, 2013. Zugriff am 25.05.2015, von <http://www.abs.gov.au/ausstats/abs@.nsf/mf/3310.0>
- Australien Government (2013): Department of Social Services. Families and Children. Keys to Living Together. Zugriff am 29.07.2015, von <https://www.dss.gov.au/our-responsibilities/families-and-children/publications-articles/keys-to-living-together>
- Australian Government (2014): Department of Social Services. Families and Children. About the trial. Zugriff am 28.07.2015, von <https://www.dss.gov.au/our-responsibilities/families-and-children/programs-services/stronger-relationships-trial/about-the-trial>
- Balfour, A.; Morgan, M.; Vincent, C. (2012): How couple relationships shape our world. Clinical practice, research and policy perspectives. London: Karnac.
- Bodenmann, G. (2000a): *Kompetenzen für die Partnerschaft : Freiburger Stresspräventionstraining für Paare*. Weinheim: Juventa Verlag.
- Bodenmann, G. (2000b): *Stress und Coping bei Paaren*. Göttingen: Hogrefe Verlag.
- Bodenmann, G. (2001): Psychologische Risikofaktoren für Scheidung: Ein Überblick. *Psychologische Rundschau*, 52(2), 85–95.
- Bodenmann, G. (2007): *Stress und Partnerschaft*. Bonn: Huber.
- Bodenmann, G. (2012): Was Paare stark macht. Zugriff am 01.07.2015, von <http://www.landeskirchenforum.ch/dok/956>
- Bodenmann, G. (2013): *Lehrbuch Klinische Paar- und Familienpsychologie*. Bern: Huber.
- Bodenmann, G. (2015): Commitment für die Partnerschaft. Zugriff am 13.08.2015, von <http://www.paarlife.ch/wp-content/uploads/Wichtigkeit-der-Partnerschaft-Commitment-Handout-Bodenmann-M%C3%BCnster-2015.pdf>
- Bodenmann, G. & Hahlweg, K. (2003): Prävention auf der Ebene von Gruppen und Organisationen - Prävention bei Paaren und Familien. In *Psychologische Gesundheitsförderung. Diagnostik und Prävention*. (pp. 445–459). Göttingen: Hogrefe.
- Bodenmann, G., Kessler, M. (2011): Präventionsprogramme für Paare - Methoden und Wirksamkeit. *Familiendynamik*, 36(4), 346–355.
- Bodenmann, G., Meyer, J., Ledermann, T., Binz, G. & Brunner, L. (2006): Partnerschaftszufriedenheit in Abhängigkeit der Ehedauer. *Schweizerische Zeitschrift Für Soziologie*, 31, 343–362.
- Bradbury, T. N., & Lavner, J. a. (2012): How Can We Improve Preventive and Educational Interventions for Intimate Relationships? *Behavior Therapy*, 43(1), 113–122.
- Brotherson, S. E., & Duncan, W. C. (2004): Rebinding the ties that bind: Government efforts to preserve and promote marriage. *Family Relations*, 53(5), 459–468.
- Bundesministerium der Justiz und für Verbraucherschutz (2015): Sozialgesetzbuch (SGB) – Achtes Buch (VIII). Zugriff am 08.08.2015, von http://www.gesetze-im-internet.de/sgb_8/_16.html
- Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (2015): Das Bundeskinderschutzgesetz. Zugriff am 08.08.2015, von <http://www.bmfsfj.de/BMFSFJ/kinder-und-jugend,did=119832.html>
- Bundesministerium für Gesundheit (2015): Bundestag verabschiedet Präventionsgesetz, Zugriff am 07.08.2015, von <http://www.bmg.bund.de/ministerium/meldungen/2015/praeventionsgesetz.html>
- Bundeszentrale für politische Bildung, Schimank, U. (2012): Individualisierung der Lebensführung. Zugriff am 26.05.2015, von <http://www.bpb.de/politik/grundfragen/deutsche-verhaeltnisse-eine-sozialkunde/137995/individualisierung-der-lebensfuehrung?p=all>
- Bundesamt für Statistik BFS (2013): Bevölkerungsbewegung – Indikatoren. Zusammengefasste Scheidungsziffer. Zugriff am 25.05.2015, von <http://www.bfs.admin.ch/bfs/portal/de/index/themen/01/06/blank/key/06/03.html>
- Cabinet Office 2007: Reaching out: Think Family. London: Cabinet office social exclusion task force.
- Cameron, R. (2002): Relationship education services. *Family Matters*, (63), 77–79.
- Centers for Disease Control and Prevention (2012): National Marriage and Divorce Rate Trends. Zugriff am 25.05.2015, von http://www.cdc.gov/nchs/nvss/marriage_divorce_tables.htm

- Center for Familieudvikling (2015): Zugriff am 06.08.2015, von familieudvikling.dk
- Choosing Change (2015): Counselling Sydney CBD. Zugriff am 29.07.2015, von <http://www.choosingchange.com.au/premarital-counselling/>
- Christensen, A. & Heavey, C. L. (1999): Interventions for couples. *Annual Review of Psychology*, 50, 165–190.
- Couple Care: Zugriff am 29.07.2015, von <http://www.couplecare.info/CcareProgram.htm>
- Crane, R. & Christenson, J.D. (2016): Über die Kosteneffektivität der Ehe-und Familientherapie und der Ehe-und Familientherapeuten. Ein Forschungsüberblick. In: *Familiendynamik*, 41 (1), S. 4-15.
- Crane, R. (2016): Über die Kosteneffektivität der Ehe-und Familientherapie und der Ehe-und Familientherapeuten in Z links der Gesundheitsversorgung. Ein aktualisierter Forschungsüberblick. In: *Familiendynamik*, 41 (1), S. 16-23.
- Cummings, E.M., Goeke-Morey, M. C., & Papp, L. M. (2003): Children's responses to everyday marital conflict tactics in the home. *Child Development*, 74(6), 1918 – 1929.
- Das Informationsportal für Rehabilitation und Gesundheit (2010). Die Präventionsprogramme der Krankenkassen. Zugriff am 07.08.2015, von http://www.reha-patient.de/content_gesund/06_gesund_01_praevention.php
- DBSH (2015): Deutscher Berufsverband für Soziale Arbeit e.V.. Profession. Zugriff am 11.08.2015, von <https://www.dbsh.de/beruf.html>
- Department for Children Schools and Families (DCSF) (2010): Support for all: the families and relationships green paper. London:HMSO.
- DeMaria, R. & Hannah, M.T. (2003): Building intimate relationships. Bridging treatment, education, and enrichment through the pairs program. Hove: Brunner-Routledge.
- DeMaria, R. M. (2005): Distressed Couples and Marriage Education. *Family Relations*, 54(2), 242–253.
- Diekmann, A., Engelhardt, H. (1995): Die soziale Vererbung des Scheidungsrisikos Diekmann. *Zeitschrift Für Soziologie*, 24(3), 215–228.
- Dion, M. R. (2005): Healthy Marriage Programs: Learning What works. *The Future of Children*, 15(2), 139–156.
- Ditzen, B., Hahlweg, K., Fehm-Wolfsdorf, G., & Baucom, D. (2011): Assisting couples to develop healthy relationships: Effects of couples relationship education on cortisol. *Psychoneuroendocrinology*, 36(5), 597–607.
- Doherty, W. J., & Anderson, J. R. (2004): Community Marriage Initiatives. *Family Relations*, 53(5), 425–432.
- Doss, B.D., Carhart, K., Hsueh, A.C., Rahbar, K. P. (2010): Serving rather than recruiting couples: Thoughts on the delivery of current and future couple interventions. In D. H. Hahlweg, K., Grawe-Gerber, M., Baucom (Ed.), *Enhancing couples: The shape of couple therapy to come*. Göttingen: Hogrefe.
- EFT Netzwerk Deutschland: Beziehungstrainings nach Dr. Sue Johnson. Zugriff am 01.07.2015, von <http://www.eft-paartherapie.de/>
- EHEonline.at: Ein Service des Forums Beziehung, Ehe und Familie der Katholischen Aktion Österreich. Zugriff am 18.08.2015, von <http://www.eheonline.at/index.php?id=33>
- Engl, J. (1999): Beispiele angewandter Forschung: Die Projekte EPL und KEK. In *Auseinanderschwelgen? Zusammen reden! Ein Kick mehr Partnerschaft*. (pp. 17–31). Bonn: Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung e.V.
- Evaluering af PREP-kurser ved Center for Familieudvikling: Zugriff am 06.08.2015, von www.familieudvikling.dk/fileadmin/filer/Dokumenter/Evaluering_af_PREP-kurser-230414.pdf
- Family Relationships Online (2015): Family and Relationships Services. Zugriff am 28.07.2015, von <http://www.familyrelationships.gov.au/Services/FamilyandRelationshipServices/Pages/default.aspx>
- Family Relationships Online (2015a): Zugriff am 28.07.2015, von <http://www.familyrelationships.gov.au/searchpages/searchpage.aspx?KEYWORD=FREST&RESOURCETYPE=Service>
- Finanzen.de (2015): Präventionsgesetz stärkt Gesundheitsförderung ab 2016. Zugriff am 07.08.2015, von <http://www.finanzen.de/news/15787/paeventionsgesetz-staerkt-gesundheitsfoerderung-ab-2016>
- Fowid (2010): Forschungsgruppe Weltanschauungen in Deutschland. Eheschließungen und Trauungen. Zugriff am 28.07.2015, von http://fowid.de/fileadmin/datenarchiv/Eheschliessungen_Trauungen_1953_2008.pdf
- Froböse, I., Wilke, C., & Biallas, B. (2010): Unternehmen unternehmen Gesundheit. *Informationsangebot Des Bundesministeriums Für Gesundheit*.
- Frykholm, A. (2008): A curriculum on dating and marriage. Relationships smarts. Christian Century.
- Gardiner, K.N., Fishman, M.E., Nikolov, P., Glosser, A. & Laud, S. (2002): *State policies to promote marriage: Final report*. Washington D.C.: U.S. Department of Health and Human Services.
- Gardner, S. P. (2001): Evaluation of the Connections: Relationships and Marriage curriculum. *Journal of Family and Consumer Sciences Education*, 19(1), 1–14.

- Gottman, J. (1994): *What predicts divorce? The Relationship Between Marital Processes and Marital Outcomes*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.
- Gröhe, H. (2014): "Krankheiten vermeiden, bevor sie entstehen". Bundeskabinett beschließt Präventionsgesetz. Zugriff am 07.08.2015, von <http://www.bmg.bund.de/presse/pressemitteilungen/2014-04/kabinett-beschliesst-praeventionsgesetz.html>
- Hahlweg, K., Baucom, D.H., Grawe-Gerber, M. & Snyder, D.K. (2010): Strengthening Couples and Families: Dissemination of Interventions for the Treatment and Prevention of Couple Distress. In Hahlweg, K., Grawe-Gerber, M. & Baucom, D.H., *Enhancing Couples. The Shape of Couple Therapy to Come*. Göttingen: Hogrefe.
- Hahlweg, K., & Richter, D. (2010): Prevention of marital instability and distress. Results of an 11-year longitudinal follow-up study. *Behaviour Research and Therapy*, 48(5), 377–383.
- Hahlweg, K., Grawe-Gerber, M., Baucom, D. H. (2010): *Enhancing couples : the shape of couple therapy to come*. Cambridge und Göttingen: Hogrefe.
- Halford, W. K. (2004): The Future of Couple Relationship on How It Can Make Education : a Difference Suggestions. *Family Relations*, 53(5), 559–566.
- Halford, W. K., Markman, H. J., Kline, G. H., & Stanley, S. M. (2003): Best practice in couple relationship education. *Journal of Marital and Family Therapy*, 29(3), 385–406.
- Halford, W. K., Markman, H. J., & Stanley, S. (2008): Strengthening couples' relationships with education: social policy and public health perspectives. *Journal of Family Psychology : JFP : Journal of the Division of Family Psychology of the American Psychological Association (Division 43)*, 22(3), 497–505.
- Halford, W. K., Moore, E., Wilson, K. L., & Farrugia, C. (2004): Program Benefits of Flexible Delivery Evaluation Education : An of the Couple CARE Program * Relationship, 53(5), 469–476.
- Halford, W. K., Wilson, K., Watson, B., Verner, T., Larson, J., Busby, D., & Holman, T. (2010): Couple relationship education at home: does skill training enhance relationship assessment and feedback? *Journal of Family Psychology : JFP : Journal of the Division of Family Psychology of the American Psychological Association (Division 43)*, 24(2), 188–196.
- Hawkins, A.J. (2016): Does it work? Effectiveness research on relationship and marriage education. In: Ponzetti, J.J. (2016): Evidence-based approaches to relationship and marriage education. London: Routledge, pp. 60-74.
- Heinrichs, N., Bodenmann, G. & Hahlweg, K. (2008): *Prävention bei Paaren und Familien*. Göttingen: Hogrefe.
- Job, A.-K., Bodenmann, G., Baucom, D. H., & Hahlweg, K. (2014): Neuere Entwicklungen in der Prävention und Behandlung von Beziehungsproblemen bei Paaren. *Psychologische Rundschau*, 65(1), 11–23.
- Johnson, S. M. (2004): *The practice of emotionally focused couple therapy : creating connection*. New York: Brunner-Routledge.
- Johnson, S. M. (2011): *Halt mich fest. Sieben Gespräche zu einem von Liebe erfüllten Leben. Emotionsfokussierte Therapie in der Praxis*. Paderborn: Junfermann.
- Jordan, P. L., Stanley, S. M. & Markman, H. J. (2001): *Becoming Parents: How to Strengthen Your Marriage as Your Family Grows*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Karlsruhe Landesprogramm Stärke (2015): Zugriff am 10.08.2015, von www.karlsruhe.de/b3/soziales/einrichtungen/kinderbuero/familienbildung/staerke.de
- Kildehuset. Kommuniser bedre med PREP samlivskurs: Zugriff am 17.07.2015, von <http://www.kildehuset.no/samlivskurs/>
- Kollmeyer, B. (2015): Paarlife und Paarlife business: Stressbewältigung und Gesundheitsförderung für Paare - zuhause und am Arbeitsplatz, Zugriff am 12.08.2015, von http://www.gesundheitsfoerderung-zh.ch/fileadmin/user_upload/Praeventionstag/2012/Kollmeyer_def.pdf
- Lakemann, U. (1999): *Familien- und Lebensformen im Wandel : eine Einführung für soziale Berufe*. Freiburg im Breisgau: Lambertus Verlag.
- Markman. University of Denver- Department of Psychology: Zugriff am 17.07.2015, von <http://www.du.edu/ahss/psychology/facultystaffstudents/faculty-listing/markman.html>
- Markman, H. J., & Hahlweg, K. (1993): The prediction and prevention of marital distress: An international perspective. *Clinical Psychology Review*, 13, 29–43.
- Markman, H.J., Stanley, S.M., Blumberg, S. L. (2010): *Fighting for Your Marriage: A Deluxe Revised Edition of the Classic Best-seller for Enhancing Marriage and Preventing Divorce*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Marriage 101 (2005): Zugriff am 06.07.2015, von https://www.sesp.northwestern.edu/docs/HDP5_351_SyllabusW05.pdf
- Ministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie, Frauen und Senioren Baden-Württemberg (2015): Angebote zu Pflege, Ernährung und frühkindlicher Entwicklungsförderung. Zugriff am 12.08.2015, von

- <http://sozialministerium.baden-wuerttemberg.de/de/menschen/familie/eltern-und-familienbildung/landesprogramm-staerke/>
- MSF. Ministry of Social and Family Development (2014): Preparing for Marriage. Zugriff am 14.08.2015, von <http://app.msf.gov.sg/Policies/Marriages/Preparing-for-Marriage>
- Müller, K. (2011): Bachelorthesis Familienbildung als Schulfach. Entwurf eines Modulhandbuches für ein Unterrichtsfach Familienbildung für die Schulformen Haupt-, Realschule und Gymnasium.
- Nationales Zentrum Frühe Hilfen (2015): Was sind Frühe Hilfen. Zugriff am 08.08.2015, von <http://www.fruehehilfen.de/fruehe-hilfen/was-sind-fruehe-hilfen/>
- Navarra, R.J.; Gottman, J.M.; Schwartz Gottman, J. (2016): Sound Relationship House Theory and Marriage Education. In: Ponzetti, J.J. (2016): Evidence-based approaches to relationship and marriage education. London: Routledge.
- Nielsen, A., Pinsof, W., Rampage, C., Solomon, A. H., & Goldstein, S. (2004): Marriage 101: An integrated academic and experiential undergraduate marriage education course. *Family Relations*, 53(5), 485–494.
- Office of National Statistics (2012): What percentage of marriages end in divorce? Zugriff am 25.05.2015, von <http://www.ons.gov.uk/ons/rel/vsob1/divorces-in-england-and-wales/2011/sty-what-percentage-of-marriages-end-in-divorce.html>
- Olson, A.K. & Olson, D.H. (2016): Discoveries ab out couples from PREPARE/ENRICH. In: Ponzetti, J.J. (2016): Evidence-based approaches to relationship and marriage education. London: Routledge.
- OMI (2015): Building Better Marriages in Oklahoma. Zugriff am 26.07.2015, von <http://okmarriage.org/>
- OMI (2015): Workshops for Couples, Individuals, Parents and More. Zugriff am 26.07.2015, von <http://www.relationshipsok.com/what-we-do.php>
- Osho (2015). Zugriff am 18.08.2015, von <http://www.goodreads.com/quotes/687929-if-you-love-a-flower-dont-pick-it-up-because>
- Paarlife Was Paare stark macht (2015): Zugriff am 07.08.2015, von <http://www.paarlife.ch/angebote/>
- Parker, R. (2005): Research and evaluation in marriage and relationship education. *Family Matters*, (71), 32–35.
- Parker, R. (2007): Australian Government. Recent progress in marriage and relationship education in Australia. Zugriff am 28.07.2015, von <https://aifs.gov.au/cfca/publications/recent-progress-marriage-and-relationship-education-au>
- partnerschule.de (2015): Zugriff vom 07.07.2015, von <http://www.partnerschule.de/>
- Partnerschule: Ein Weg zur Gewaltprävention in Ehe und Familie (2001): Zugriff am 07.07.2015, von http://www.partnerschule.de/files/pdf_document/gewaltpraevention.pdf
- Peuckert, R. (2008): *Familien im sozialen Wandel*. Wiesbaden: VS Verlag für Sozialwissenschaften.
- Plankensteiner, Birgit, Lösel, F., Schmucker, M. & Weiss, M. (2006): *Bestandsaufnahme und Evaluation von Angeboten im Elternbildungsbereich – Abschlussbericht –*. Erlangen-Nürnberg: Universität Erlangen-Nürnberg.
- Pontificia Universidad Catolica de Chile (2012): Zugriff am 15.08.201, von <http://www.uc.cl/es/la-universidad/noticias/7531-alumnos-de-college-organizan-simposio-prep-et-kommunikationskursus-for-par>: Zugriff am 06.08.2015, von www.familieudvikling.dk/fileadmin/filer/Foldere/a5_PREP_folder_2013_web.pdf
- PREP Rahulolu Edendamise Programm: Zugriff am 06.08.2015, von <http://prep.ee/prep-paarisuhtekoolituse-koolitajad/>
- Ponzetti, J.J. (2016): evidence-based approaches to relationship and marriage education. London: Routledge.
- Project Relate (2014): Zugriff am 26.07.2015, von <http://www.projectrelate.com/>
- Reichle, B. (1999): *Wir werden Familie. Ein Kurs zur Vorbereitung auf die erste Elternschaft*. Weinheim: Juventa Verlag.
- Relationships Australia (2015): Zugriff am 28.07.2015, von <http://www.relationships.org.au/Reha-patient.de>
- Relationships Australia. Victoria. Good Connecting: Zugriff am 29.07.2015, von <http://www.relationshipsvictoria.com.au/good-connecting/>
- Rheem, K.D.; Woolley, S.R.; Weissman, N. (2008): Using Emotionally Focused Couples Therapy With Military Couples. Unpublished Manual.
- Rheem, K.D., Woolley, S.R., Weissman, N. (2012): Using Emotionally Focused Couples Therapy With Military Couples. In Moore (Ed.), *Handbook of Counseling Military Couples* (pp. 89–112). New York: Routledge.
- Roots of Empathy (2015): Our Mission. Zugriff am 12.08.2015, von <http://www.rootsofempathy.org/en/who-we-are.html>
- SA Väärtustades Elu (2013): Zugriff am 06.08.2015, von <http://save.ee/sa-vaartustades-elu/>

- Sanders, M. R. (1999): The Triple P - Positive Parenting Program: Towards an empirically validated multilevel parenting and family support strategy for the prevention of behaviour and emotional problems in children. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 2(2), 71–90.
- Santos, R.G., Chartier, M.J., Whalen, J.C., Chateau, D. & Boyd, L. (2011): Effectiveness of School-Based Violence Prevention for Children and Youth. *Healthcare Quarterly*, 14, 80-91.
- Schonert-Reichl, K.A., Smith, V., Zaidman-Zait, A., Hertzman, C. (2012): Promoting Children's Prosocial Behaviors in School: Impact of the „Roots of Empathy“ Program on the Social and Emotional Competence of School-Aged Children. *School Mental Health*, 4, 1-21.
- Sensus. *Friskvård för din parrelation: Zugriff am 18.07.15*, von <http://www.sensus.se/prep>
- Simply Celebrant. Relationship Education Services: Zugriff am 28.07.2015, von <http://www.simplycelebrant.com.au/relationship-education-services/>
- Smart Couples (2010): Relationship Counselling. Premarriage. Zugriff am 28.07.2015, von <http://smartcouples.com.au/premarriage/>
- Smart Marriages (2015): Marriage & Divorce Legislation. **Zugriff am 23.07.2015. von** <http://www.smartmarriages.com/legislation.html#legislation>
- Smart Marriages (2015): Marriage Preparation and Preservation Act of 1998. Zugriff am 23.07.2015, von <http://www.smartmarriages.com/florida.marriage.act.html>
- Stanley, S. M., Allen, E. S., Markman, H. J., Saiz, C. C., Bloomstrom, G., Thomas, R., ... Bailey, A. E. (2005): Dissemination and evaluation of marriage education in the army. *Family Process*, 44(2), 187–201.
- State Government Victoria (2009): Department of Education and Early Childhood Development. Respectful Relationships Education. Violence prevention and respectful relationships education in Victorian secondary schools. Zugriff am 29.07.2015, von www.education.vic.gov.au/Documents/school/teachers/health/respectfulrel.pdf
- Statista (2013): Anzahl der Ehescheidungen in der Schweiz von 2003 bis 2013. Zugriff am 25.05.2015, von <http://de.statista.com/statistik/daten/studie/427049/umfrage/scheidungen-in-der-schweiz/>
- Statistik Austria (2013): Ehescheidungen- Langfristiger Trend. Zugriff am 25.05.2015, von http://www.statistik.at/web_de/statistiken/menschen_und_gesellschaft/bevoelkerung/ehescheidungen/index.html
- Statistik sentralbyrå (2015): Marriages and divorces, 2014. Zugriff am 25.05.2015, von <https://www.ssb.no/en/ekteskap>
- Statistisches Bundesamt (2011): Anzahl der Eheschließungen und Ehescheidungen Deutschland. Zugriff am 25.05.2015, von https://www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Bevoelkerung/Ehescheidungen/Tabellen/_/Irbev06.html
- Statistisches Bundesamt (2012): Ehescheidungen (Ehelösungen). Zugriff am 25.05.2015, von https://www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Bevoelkerung/Ehescheidungen/Aktuell_Ehe_loesungen.html
- Statistisches Bundesamt (2013): Erst-Ehen und Wiederverheiratung. Zugriff am 25.05.2015, von <https://www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Bevoelkerung/Eheschliessungen/Tabellen/ErstEhenWiederverheiratung.html>
- Statistisches Bundesamt (2013a). Scheidungen- Ehescheidungen und betroffene minderjährige Kinder. Zugriff am 25.05.2015, von <https://www.destatis.de/DE/ZahlenFakten/GesellschaftStaat/Bevoelkerung/Ehescheidungen/Tabellen/EhescheidungenKinder.html>
- The Community Healthy Marriage Initiative Evaluation (2012): Impacts of a Community Approach to Strengthening Families. Zugriff am 19.07.2015, von http://www.acf.hhs.gov/sites/default/files/opre/chmi_impactreport.pdf
- The Couple CARE for Parents Program (2006): Enhancing Couple Relationships across the Transition to Parenthood. Zugriff am 29.07.2015, von http://www98.griffith.edu.au/dspace/bitstream/handle/10072/26837/57952_1.pdf?seq
- Togehet in happiness (2015): Zugriff am 06.08.2015, von <http://together-in-happiness.com/E/>
- Thuen, F., & Lærum, K. T. (2005): A Public / Private Partnership in Offering Relationship Education to the Norweg ... *Psychology*, 44(175), 175–186.
- Thurmaier, F., Engl, J. & Hahlweg, K. (1998): Eheglück auf Dauer? Methodik, Inhalte und Effektivität eines präventiven Paarkommunikationstrainings - Ergebnisse nach fünf Jahren. *Zeitschrift Für Klinische Psychologie*, 28(1), 54–62.

Unser Tag. Standesamtliche Trauung: Zugriff am 22.07.2015, von <http://www.unsertag.de/kirche-und-standesamt/standesamtliche-trauung.html>

U.S. Department of Health & Human Services. Office of Family Assistance. Healthy Marriage: Zugriff am 19.07.2015, von <http://www.acf.hhs.gov/programs/ofa/programs/healthy-marriage/healthy-marriage>

Van Epp, J. & van Epp Cutlin, M. (2016): Relationship Attachment Model (RAM) Programs: PICK and LINKS. In: Ponzetti, J.J. (2016): evidence-based approaches to relationship and marriage education. London: Routledge, pp. 231-252.

Wadsworth, M.E. & Markman, H.J. (2012): Where's the Action? Understanding What Works and Why in Relationship Education. Behavior Therapy, 43, pp. 99–112