

■ CHRISTIAN ROESLER | FREIBURG I. BR.

Die Wirksamkeit von Paartherapie

Teil 1: Eine Übersicht über den Stand der Forschung

DOI 10.21706/fd-43-4-332

Zusammenfassung: Die hohe gesellschaftliche Relevanz von Paarproblemen sowie die Folgewirkungen von belasteten bzw. scheiternden Paarbeziehungen werden aufgezeigt. Hieraus wird ein hoher Bedarf an Paartherapie abgeleitet. In einer umfassenden Übersicht wird die Forschung zur Wirksamkeit von Paartherapie im Allgemeinen sowie für verschiedene spezifische Paartherapieansätze zusammengefasst. Hierbei wird deutlich, dass sich verschiedene klassische Ansätze als nur bedingt wirksam erwiesen haben, während insbesondere integrative Ansätze hohe Effektivitäten sowie hohe Nachhaltigkeit erreichen. Diese Ansätze sind aber im deutschsprachigen Raum bislang kaum vertreten. Darüber hinaus erweist sich die Wirksamkeit von Paartherapieverfahren in methodisch strengen Studien als deutlich höher im Vergleich zur Wirksamkeit in der realen Praxis. Mögliche Erklärungen für diese Unterschiede sowie Konsequenzen für die Praxis werden diskutiert.

Schlüsselwörter: Paarprobleme, Paartherapie, Paarberatung, Wirksamkeit, Evidenz, empirische Forschung

Auch in der Spätmoderne hat die Paarbeziehung für die meisten Menschen nach wie vor einen hohen Stellenwert sowie zentrale Bedeutung für Lebenszufriedenheit wie auch für die körperliche und psychische Gesundheit. 90 % der deutschen Bevölkerung geben an, dass eine Partnerschaft für sie das Wichtigste im Leben sei, nach wie vor heiraten über 85 % der Menschen im Verlauf des Lebens, und ca. 15 % der Geschiedenen heiraten erneut – teilweise mehrfach (Bodenmann, 2013). Allerdings sinkt oftmals die Beziehungsqualität besonders in den ersten Jahren nach der Heirat signifikant, sodass nach 15 Jahren für ca. die Hälfte dieser Paare eine Situation erreicht ist, die dem Beziehungsstress von Paaren gleicht, die sich in Paartherapie befinden (Balfour & Lanman, 2012). Allein schon die hohe Scheidungsrate von mittlerweile ca. 50 % (Statistisches Bundesamt, 2016) zeigt, dass Paarbeziehungen erheblich belastet sind und ein hoher Bedarf an Paartherapie besteht. Und selbst unter den Ehen, die nicht geschieden werden, ist eine hohe Zahl belastet.

Folgen von Trennung / Scheidung

In der aktuellsten deutschsprachigen Übersicht über die Forschungsergebnisse zur Auswirkung von Trennung / Scheidung auf die Familie zeigt Bodenmann (2013), dass die Effekte einer Scheidung für alle befragten Familien-

» Eine Scheidungsrate von ca. 50 % zeigt: Paarbeziehungen sind erheblich belastet

mitglieder überwiegend negativ erscheinen. Eine Scheidung beeinträchtigt die Gesundheit der Ehepartner über Jahre hinweg und verschlechtert die Befindlichkeit. Oft sind chronische körperliche und psychische gesundheitliche Probleme die Folge, z. B. erhöht sich das Risiko, an einer Depression zu erkranken, um 188 %, auch die Mortalitätsrate steigt an. Diese Beschreibungen gelten auch für diejenigen Personen, die die Scheidung initiiert haben.

Im Längsschnitt lässt sich zeigen, dass Geschiedene selbst bei Wiederverheiratung auch nach vielen Jahren nicht mehr so hohe Werte der Lebenszufriedenheit erreichen wie vor der Scheidung. Noch dramatischer sind die Folgen für die betroffenen Kinder (Krishnakumar & Buehler, 2004; Sobolewski & Amato, 2007; Kröger et al., 2008): Sie sind psychisch, körperlich und in ihrer Leistungsfähigkeit nicht nur unmittelbar während und nach der Scheidung der Eltern beeinträchtigt, sondern Folgewirkungen der Scheidung zeigen sich auch noch über Jahre hinweg in einer höheren Prozenträte psychischer Symptomatik. Darüber hinaus zeigte die prospektive Längsschnittstudie von Wallerstein & Lewis (2001), dass die Beziehungsfähigkeit der betroffenen Kinder und Jugendlichen noch 25 Jahre später beeinträchtigt war, was die Wahrscheinlichkeit deutlich erhöht, als Erwachsener selbst eine Trennung / Scheidung in einer langfristig angelegten Paarbeziehung zu erleben – unabhängig davon, in welcher Weise die Scheidung abgelaufen und ob es den Eltern gelungen ist, eine einvernehmliche Nachscheidungsregelung auszuhandeln. Dieser Zusammenhang wird als soziale Transmissionshypothese von Scheidung bezeichnet und stellt einen häufig replizierten Befund der Sozialpsychologie dar (Bodenmann, 2013; Wagner & Weiß, 2003). Insofern kann angenommen werden, dass das Scheidungsrisiko intergenerational übertragen werden kann und in Gesellschaften mit hohen Scheidungsraten das Scheidungsrisiko von Generation zu Generation weiter kumuliert, was eine mögliche Erklärung für die Zunahme des Scheidungsrisikos darstellt (Hetherington & Elmore, 2004). Aber auch bei anhaltenden Ehekonflikten, die nicht zur Scheidung führen, haben Kinder aus diesen Ehen im Vergleich zum Durchschnitt mehr soziale, emotionale, Verhaltens- und Lernprobleme sowie mehr Probleme mit Peer-Beziehungen. Jugendliche mit sexuellen Beziehungen weisen ein geringeres psychisches Wohlbefinden auf, benötigen mehr Ge-

sundheitsleistungen und haben später im Erwachsenenleben eine signifikant geringere Ehequalität und ein größeres Risiko für Trennung / Scheidung (Bodenmann, 2013). Diese Entwicklungstendenzen spiegeln sich auch darin wider, dass immer häufiger Erziehungsberatung in Anspruch genommen wird: Zwischen 1993 und 2006 hat die Zahl der Beratungen, die ausdrücklich in Zusammenhang mit Trennung und Scheidung stehen, um 124 % zugenommen (Loschky & Koch, 2013).

Paarbeziehung und Gesundheit

Darüber hinaus gibt es einen starken Zusammenhang zwischen der Qualität der Paarbeziehung und der körperlichen und psychischen Gesundheit der Partner (Frisch et al., 2017). Belastete Partnerschaften und insbesondere eine noch nicht lange zurückliegende Scheidung führen nachweislich zu gesundheitlichen und psychischen Beeinträchtigungen, und zwar unabhängig von bereits vorliegenden Störungen, und haben Einfluss auf die Entstehung von Herzkreislauf- und Krebserkrankungen (Pietromonaco et al., 2013). Auch lässt sich nachweisen, dass Geschiedene das Gesundheitssystem stärker in Anspruch nehmen: So zeigen sich zum Beispiel 30 % mehr akute Erkrankungen und Arztbesuche sowie ein sechsmal häufigerer Klinikaufenthalt, ähnlich wie bei unglücklich verheirateten Partnern. Die sich aus Scheidungen ergebenden ökonomischen Schäden für die Gesamtgesellschaft werden auf 4 bis 28 Milliarden Euro pro Jahr geschätzt – je nachdem, ob nur die unmittelbare Vernichtung von Vermögen oder auch die langfristig erhöhte Inanspruchnahme des Gesundheitswesens und von Sozialleistungen betrachtet werden (Andreß et al., 2006).

Hoher Bedarf an Paartherapie

Die zitierten Forschungsergebnisse machen den hohen Bedarf an paartherapeutischen Angeboten deutlich. In vielen Studien konnte gezeigt werden, dass Paartherapie zu einer verminderten Trennungsräte beitragen kann (Sprenkle, 2012; Lebow et al., 2012; Halford et al., 2016; Lebow, 2016). Dabei wird Paartherapie hauptsächlich in Beratungsstellen angeboten, zu einem geringeren Teil in freien Praxen, während im deutschen Gesundheitswesen – etwas zugespitzt formuliert – die Paarbeziehung bislang nicht existiert. Präventive Angebote sind keineswegs flächendeckend vorhanden. Auch fristet die wissenschaftliche Erforschung von Beziehungsstörungen und Paartherapie in Deutschland nach wie vor ein Nischendasein, in der klinischen Psychologie bestehen kaum Fachprofessuren für diese Thematik. International aber hat sich die Paartherapie methodisch enorm weiterentwickelt. Die Debatte um integrative Ansätze und allgemeine Wirkfaktoren (»common



In Gesellschaften mit hohen Scheidungsraten kumuliert das Scheidungsrisiko von Generation zu Generation weiter

factors«) hat dazu geführt, dass neue und empirisch umfassend evaluierte Ansätze entwickelt wurden.

In Deutschland haben die ca. 900 institutionellen Beratungsstellen bundesweit mit ca. 10 000 Fällen pro Jahr den größten Anteil an der Paarberatung. Die meisten Beratungsstellen befinden sich in kirchlicher Trägerschaft. Bezüglich der fachlichen Orientierung ergab sich in einer Erhebung von Hahlweg & Klann (1997) folgende prozentuale

ÜBER-SICHTEN

Verteilung in der fachlichen Orientierung der Berater: 40 % arbeiten integrativ, 30 % systemisch, 20 % psychodynamisch, 20 % gestalttherapeutisch, 17 % verhaltenstherapeutisch, und 16 % gesprächstherapeutisch (Mehrfachangaben möglich). Für die privaten Praxen liegen keine vergleichbaren Angaben vor, auch gibt es bedauerlicherweise keine neueren Daten zu dieser Frage.

Zur Begriffsklärung: Paartherapie wird im Einklang mit der Forschungsliteratur verstanden als eine Intervention mit dem Ziel, die Beziehungsqualität und -stabilität zu verbessern, d. h. die Zufriedenheit beider Partner mit der Beziehung zu erhöhen sowie eine Trennung zu verhindern. Vor dem Hintergrund der aufgezeigten Folgen von Trennung / Scheidung wird ersichtlich, dass eine Trennung der Partner bedeutet, dass eine Intervention in Form von Paartherapie nicht erfolgreich war – was nicht heißt, dass es nicht sinnvoll ist, Partnern in Trennung eine Trennungsberatung anzubieten, um diesen Prozess möglichst konstruktiv zu gestalten.

In der Forschung zur Wirksamkeit von psychotherapeutischen Interventionen und damit also auch Paartherapien gelten sogenannte randomisiert-kontrollierte Studien (RCTs) als der aktuelle Goldstandard. Die Klienten werden dabei per Zufall einer Interventionsgruppe und einer nicht oder alternativ behandelten Kontrollgruppe zugeordnet. Ziel ist es, auftretende Veränderungen eindeutig auf die Intervention zurückzuführen (»efficacy« im Gegensatz zur »effectiveness« in naturalistischen Studien). RCTs haben aber oft sehr artifizielle Bedingungen und sind nur bedingt auf die Praxis übertragbar. Studien unter realen Praxisbedingungen werden als naturalistische Studien bezeichnet, haben aber das Problem, dass sie anfällig für Verzerrungen sind, z. B. bei der Auswahl der teilnehmenden Klienten. Die Stärke der Wirksamkeit einer Intervention wird als Effektstärke (Cohen's d) gemessen, wobei folgende Grenzwerte gelten: bis 0.3 gering, 0.4–0.7 moderat, über 0.8

groß. Die folgende Darstellung stützt sich im Wesentlichen auf Übersichtsarbeiten und Metaanalysen aus den maßgeblichen Fachzeitschriften, insbesondere *Family Process* und dem *Journal of Marital and Family Therapy*.

Zu den Begriffen Paarberatung und Paartherapie

Im Folgenden wird mit dem Begriff Paartherapie immer auch der Bereich der Paarberatung mit eingeschlossen, da sich Paartherapie sowie -beratung hinsichtlich der behandelten Problematiken sowie der eingesetzten Interventionsformen nicht grundsätzlich voneinander unterscheiden. Ein Unterschied besteht in den institutionellen Kontexten, in denen Paarberatung bzw. Paartherapie angesiedelt sind. Paarberatung findet im deutschsprachigen Bereich, aber auch in anderen westlichen Ländern, in der Regel in institutionellen Beratungsstellen statt, die per Definition außerhalb des Gesundheitswesens angesiedelt sind und eher zum Bereich der psychosozialen Versorgung gehören. Der Begriff Paartherapie wird eher von niedergelassenen Paartherapeuten in privater Praxis sowie im Bereich des Gesundheitswesens verwendet.

Wirksamkeit von Paartherapie

Mittlerweile haben zahlreiche Übersichtsarbeiten (Sprenkle, 2012; Lebow et al., 2012; Halford et al., 2016; Lebow, 2016) die allgemeine Wirksamkeit von Paartherapie belegt. Zusammenfassend lässt sich sagen, dass in den Gruppen mit Paartherapie die Trennungs- / Scheidungsrate niedriger lag als in den Kontrollgruppen und dass Paare in den Kontrollgruppen keine Verbesserung der Problematik zeigten, teilweise sogar Verschlechterungen. Auch

die Nachbefragungen zu späteren Zeitpunkten (»follow-up«) zeigten signifikante Unterschiede zwischen den behandelten und unbehandelten Paaren. Dabei liegen die Effektstärken in den RCTs im mittleren Bereich ($d = 0.7 - 0.8$). Die untersuchten paartherapeutischen Verfahren können daher als wirksam beschrieben werden, insofern sie die erfassten Paarprobleme reduzierten. Dabei erfahren 70 % der Paare nach einer Paartherapie eine signifikante Verbesserung. Allerdings ist dieser Effekt nur bei 40 % der Paare auch noch nach fünf Jahren nachweisbar. Paartherapie ist darüber hinaus auch wirksam in der Behandlung individueller psychischer Störungen, insbesondere bei Depression (Barbato & D'Avanzo, 2008) und Abhängigkeitserkrankungen (v. Sydow et al., 2010). Auch bei körperlichen, vor allem chronischen Erkrankungen kann Paartherapie signifikant positive Effekte auf die psychische und körperliche Gesundheit des Erkrankten und auf das psychische Wohlbefinden der Angehörigen haben (Carr, 2014).

Es bestehen allerdings deutliche Unterschiede in der Wirksamkeit von verschiedenen Verfahren. In der vermutlich meistzitierten Studie von Snyder et al. (1991) wurde die Wirksamkeit von verhaltenstherapeutischer und »einsichtsorientierter« (sehr ähnlich der psychodynamischen) Paartherapie miteinander verglichen. Am Ende der Therapie sowie in einer sechsmonatigen Katamnese zeigte sich zunächst kein Unterschied zwischen den Behandlungsgruppen. Allerdings ergaben sich hochsignifikante Unterschiede in einer Nachbefragung vier Jahre später. Während sich von den Paaren, die an einer verhaltenstherapeutischen Paartherapie (VT) teilgenommen hatten, 38 % scheiden gelassen hatten, war dies in der Behandlungsgruppe mit einsichtsorientierter Paartherapie nur zu 3 % der Fall. In einer Metaanalyse mit 17 Untersuchungen (Dunn & Schwebel, 1995) konnten die Unterschiede zwischen den Therapieverfahren anhand von Effektstärken bestimmt werden. Die VT und kognitive

Verhaltenstherapie (KVT) zeigten sich mit mittleren Effekten (VT: $d = 0.78$; KVT: $d = 0.71$) und die psychodynamische Paartherapie (PD) mit großem Effekt ($d = 1.37$). Neuere Metaanalysen betonen zunehmend die Unterschiede zwischen den verschiedenen Interventionsansätzen. In neueren Übersichten (Sprenkle, 2012; Halford et al., 2016) werden sogar nur noch zwei Paartherapieverfahren als empirisch fundiert und wirksam dargestellt. Dazu zählen die integrative VT-Paartherapie (IBCT, Christensen et al., 2010), die akzeptanzorientierte Form von VT mit Paaren sowie die Emotionsfokussierte Paartherapie (EFT; Johnson, 2009). Anzumerken ist, dass diese Einschätzung darauf beruht, dass nur diese beiden Verfahren eine genügend große Anzahl an methodisch strengen Studien zur Wirksamkeit vorlegen konnten. Insbesondere das Forschungsprogramm, mit dessen Hilfe die Wirksamkeit von EFT überprüft wurde, wird von verschiedenen Autoren als vorbildlich gelobt. Hier wird nicht nur systematisch die hohe Wirksamkeit des Therapieansatzes bei ganz unterschiedlichen Problemkonstellationen repliziert, sondern es wird auch die Manualtreue der behandelnden Therapeuten überprüft. Darüber hinaus wird in Prozessforschungsstudien ebenfalls systematisch überprüft, welche Faktoren in der Therapie wirksam erscheinen (Wiebe & Johnson, 2016). Übersichtsarbeiten betonen inzwischen die Überlegenheit der EFT gegenüber anderen Paartherapien, einschließlich der IBCT (Sprenkle, 2012; Lebow et al., 2012; Wood et al., 2005; Wright et al., 2007). Dabei benötigt EFT eine geringere Anzahl an Therapiesitzungen (im Mittel ca. 10 Sitzungen) im Vergleich zur VT (im Mittel ca. 15 Sitzungen). Andere Übersichtsarbeiten (Snyder & Halford, 2012; Wright et al., 2007) schließen demgegenüber auch psychodynamische Paartherapie in die empirisch überprüften Verfahren mit ein, weil hier durchweg hohe Effektstärken berichtet werden.

Psychodynamische Paartherapie

Als historisch älteste Form wurde psychodynamische Paartherapie in Form der Zwei-Wochen-Intensiv-Paartherapie von Richter & Wirth (1978) schon früh untersucht. Dabei haben die Autoren auf positive Trends bzgl. ihrer Wirksamkeit hingewiesen. In der Studie von Snyder et al. (1991) lag die Effektstärke der psychodynamisch orientierten Behandlung im hohen Bereich ($d = 1.36$). Die Metaanalyse von Dunn & Schwebel (1995) ergab eine gemittelte ebenfalls hohe Effektstärke ($d = 1.37$). Auch in weiteren Studien zur psychodynamischen Paartherapie zeigten sich durchweg hohe Effektstärken ($d > 1.1$) (Wright et al., 2007; Lebow et al., 2012). Die Effektstärken konnten in einer Studie mit einem manualisierten Ansatz repliziert werden (Balfour & Lanman, 2011). In einer naturalistischen Studie zeigte sich die psychodynamische Paartherapie auch in einem Alltagskontext mit einer mittleren Effektstärke ($d = 0.58$) (Hewison et al., 2016). Die mittlere Wirksamkeit entspricht dem mittleren Wert für Studien, die die Alltagspraxis der Paartherapie / Paarberatung untersuchen (s. u.: naturalistische Studien). Kritisch muss angemerkt werden, dass es für die psychodynamische Paartherapie, zumindest im Vergleich zur VT und EFT, nur wenige Studien gibt. Allerdings zeigen diese sehr hohe Effektstärken und eine besonders nachhaltige Wirksamkeit. Darüber hinaus wurden psychodynamische Konzepte in verschiedene Ansätze, die auch der Paartherapie / Paarberatung zugrunde liegen, integriert, z. B. die Bindungstheorie als zentrales Konzept in der EFT.

Verhaltenstherapeutische Paartherapie

VT-Paartherapie erreicht ebenfalls eine hohe Effektstärke von $d = 0.82 - 0.84$, wenngleich diese vergleichsweise geringer ausfällt als die oben zitierten Effektstärken für die psychodynamische Paartherapie (Halford et al., 2016; Fischer et al., 2016). Dabei ist zu berück-

sichtigen, dass in einer Metaanalyse, in die auch unveröffentlichte Studien mit einbezogen wurden, diese Effektstärke auf eine moderate Größe sank ($d = 0.59$) (Shadish & Baldwin, 2005). Zudem mussten infolge der oben erwähnten Untersuchung (Snyder et al., 1991) schon in den 1990er Jahren die Entwickler von VT-Paartherapie (Christensen et al., 2010) selbst erkennen, dass die klassischen Methoden (Kommunikations- und Problemlösetrainings, Reziprozitätstraining, kognitive Umstrukturierung etc.) solchen Paaren, die durch Konflikte belastet sind, nicht wirklich helfen können (Gurman, 2008). Verbesserungen in Kommunikationsfertigkeiten bewirkten keine Verbesserung in der Beziehungsqualität am Ende der Behandlung, kurzzeitige Verbesserungen konnten von den Paaren nicht über mehrere Jahre aufrechterhalten werden, und die Scheidungsrate lag immer noch bei 38 % (Baucom et al., 2008, pp. 59–61). Trotz mittlerer bis hoher Effektstärken ($d = 0.5 - 0.8$) profitierte etwa die Hälfte der behandelten Paare nicht von der Therapie bzw. die Qualität der Paarbeziehung verschlechterte sich sogar. Auch Bodenmann (2013) stellt in einer neueren Übersichtsarbeit fest, dass bei nur rund 50 % der Paare beide Partner signifikante Verbesserungen nach Paartherapie angeben und 30–60 % innerhalb von zwei Jahren erneut Rückfälle auf das ursprüngliche Niveau der Paarbeastung zeigen.

➤ *Betrachtet man die klinische Signifikanz und nicht nur die statistische Signifikanz, kann man davon ausgehen, dass vier von zehn Paaren mit Paartherapie geholfen werden kann und sie eine klinisch relevante Verbesserung erfahren, das heißt anschließend tatsächlich glücklich und nicht einfach weniger unglücklich sind.* ◀
(ebd., S. 292)

Auch Halford & Snyder (2012) geben ähnliche Werte an: Etwa 30 % der Paare zeigen keine Verbesserung durch

Paartherapie, weitere 30 % verbessern sich etwas, berichten aber immer noch eine signifikante Belastung der Paarbeziehung nach der Behandlung. Sogar unter den Paaren, die anfangs von der Paartherapie profitiert haben, erleben 30–60 % einen Rückfall in die alte Problematik in den folgenden Jahren. Es findet sich kein Zusammenhang zwischen verbesserter Kommunikationsqualität oder veränderten Kognitionen und der Partnerschaftszufriedenheit.

In der Folge versuchte die VT, die ursächlichen Faktoren für die begrenzte Wirksamkeit zu identifizieren. Zwar konnte nach dem Training von Kommunikationskompetenzen eine verbesserte Kommunikationsqualität mit großer Effektstärke ($d = 0.99$) gefunden werden, dies bewirkte aber nur eine Verbesserung der Partnerschaftszufriedenheit von mittlerer Effektstärke ($d = 0.58$). Darüber hinaus finden sich auch paradoxe oder sogar negative Effekte von Kommunikationstrainings. Insbesondere bei Frauen korrelierten Verbesserungen der Kommunikationskompetenz paradoxerweise mit einer Verschlechterung der Beziehungsqualität (Wadsworth & Markman, 2012). Daraus folgt, dass die Bedeutung, die anfänglich der Kommunikationskompetenz für die Partnerschaftsqualität zugeschrieben wurde, sich empirisch nicht bestätigte. In einer neueren Reanalyse von Daten traditioneller Verhaltenstherapie mit Paaren fand sich, dass im besten Falle nur die Hälfte der Paare die Qualität ihrer Beziehung im Verlaufe der Behandlung verbessert hatten und dass sich nur ein Drittel von ihnen tatsächlich in einen Bereich bewegt hatte, in dem keine bedeutsame Belastung der Paarbeziehung mehr festgestellt werden konnte. Dies galt allerdings nur für die weniger belasteten, jüngeren und weniger emotional entfremdeten Paare ohne größere aktuelle Probleme (Dimidjian et al., 2008; zur Erklärung dieser Ergebnisse vgl. Roesler, 2015). In der Folge wurden integrative Ansätze in der VT entwickelt, die statt Kommunikation einzuüben eher

Akzeptanz und Selbstregulationsfähigkeiten betonen. Dabei wurden Herangehensweisen aus der EFT integriert. Für den akzeptanzorientierten Ansatz (IBCT, Christensen et al., 2010) lagen die Effektstärken leicht über denen von klassischer VT. Allerdings konnte hier in einer Nachbefragung fünf Jahre später (»5-Jahres-follow-up«) gezeigt werden, dass bei anfänglich stark belasteten Paaren die Hälfte der Paare, die eine effektive Verbesserung am Ende der Therapie erreicht hatte, wieder in den belasteten Bereich zurückgefallen war. Nur 50 % der behandelten Paare konnten ihre Verbesserungen langfristig aufrechterhalten.

Interessanterweise können zwischen traditioneller VT mit Paaren (TBCT) und der IBCT unterschiedliche Prozessverläufe gezeigt werden. Bei der TBCT findet eine schnelle Verbesserung statt, die allerdings langfristig nicht aufrechterhalten werden kann. Bei der IBCT zeigt sich die Verbesserung langsamer, allerdings nachhaltiger. Dies entspricht dem Verlauf bei anderen erfolgreichen Ansätzen wie psychodynamischer Paartherapie oder EFT, die mehr auf die emotionale Verbindung zwischen den Partnern fokussieren. Beim bewältigungsorientierten Ansatz der VT (Bodenmann, 2012) konnte bislang keine Überlegenheit in der Wirksamkeit gegenüber TBCT belegt werden (ebd., S. 254).

Systemische Paartherapie

Zunächst einmal muss festgehalten werden, dass die systemische Therapie in der psychotherapeutischen Versorgung mittlerweile als evidenzbasiertes Verfahren gelten kann. In einer Meta-Analyse und einem systematischen Review zeigt sich die Wirksamkeit systemischer Therapie sowohl, wenn ganze Familien in das Beratungssetting einbezogen werden, d. h. im Sinne von Erziehungsberatung oder bei Familienkonflikten, als auch, wenn Probleme einzelner Personen behandelt werden, z. B. indem Angehörige hinzugenommen werden, mit Effektstärken, die mit

anderen Verfahren vergleichbar waren (v. Sydow et al., 2010; Pinquart et al., 2016). Dementsprechend ist die systemische Therapie mittlerweile auch in Deutschland ein wissenschaftlich anerkanntes psychotherapeutisches Behandlungsverfahren (Retzlaff et al., 2009). Hiervon abzugrenzen ist jedoch die Wirksamkeit des systemischen Ansatzes in der Paartherapie. Die Effektstärken zeigen sich im mittleren Bereich ($d = 0.5–0.7$) für unterschiedliche Störungsbilder in ganz verschiedenen Settings (Familie, Paar, Einzelpatient), darin enthalten sind aber nur vier spezifische Studien zur Paartherapie (v. Sydow et al., 2010). In den vier Studien kam es zu einer Verbesserung der individuellen Problematik (z. B. Depression, Alkoholabhängigkeit). Es konnte aber kein Unterschied zwischen der systemischen Paartherapie und dem Vergleichsverfahren festgestellt werden. Darüber hinaus wurde das eigentliche Ziel von Paartherapie, nämlich die Beziehungsqualität zu verbessern, nicht gemessen. Auch in der älteren Übersichtsarbeit von Schiepek (1999) finden sich nur zwei Paartherapiestudien. Hier zeigte sich der systemische Ansatz signifikant wirksam, in der einen Studie allerdings ähnlich wirksam wie die Vergleichsbehandlung (EFT). In der Übersichtsarbeit von Wright et al. (2007) finden sich zwei explizit systemische Paartherapiestudien, für die große Effektstärken angegeben wurden ($d = 0.7$ bzw. 1.15). Erneut lag die systemische Paartherapie in beiden Studien unter den Ergebnissen der Vergleichsbehandlung. Für die systemische Paartherapie sind die Rückfallraten und die Nachhaltigkeit der therapeutischen Erfolge bislang nicht in vergleichbarer Weise untersucht wie für andere Verfahren. Kritisch ist, dass die genannten Übersichtsarbeiten zur systemischen Paartherapie zu wenig differenzieren zwischen paartherapeutischen und familientherapeutischen Settings. Außerdem zielt die paartherapeutische Behandlung in der Mehrzahl der Studien in erster Linie oder aus-

schließlich darauf, eine individuelle Symptomatik und nicht die Beziehungsqualität zu verbessern. Diese ist oft gar nicht erfasst. Dies gilt ebenfalls für neuere Metaanalysen zum systemischen Ansatz (Pinquart et al., 2016), in denen ausschließlich untersucht wurde, wie sich die individuelle Symptomatik verbessert hatte. Dadurch wird die geringe Zahl an explizit paartherapeutischen Studien aus dem systemischen Ansatz, bei denen eine verbesserte Beziehungsqualität Ziel der Intervention war, tendenziell verschleiert. Ausnahmen stellen lediglich zwei aktuelle Studien dar. Eine Studie aus Finnland, die zwar hauptsächlich die Wirkung auf individuelle Depression untersuchte, erfasst zusätzlich, wie sich die Beziehungsbelastung verbessert hat. Dabei zeigte sich für die Beziehungsbelastung keine klinisch bedeutsame Wirksamkeit ($d = 0.17$), wohingegen die Effekte auf die individuelle Symptomatik hoch waren ($d = 1.15$) (Kuhlmann et al., 2013). Ebenso war in einer Studie von Reese et al. (2010) die Effektstärke für die Verbesserung der individuellen Symptomatik hoch ($d = 0.94$). Jedoch zeigte sich erneut kein klinisch bedeutsamer Effekt mit Blick auf eine Verbesserung der belasteten Paarbeziehung. Zusammenfassend lässt sich sagen: Die wenigen vorhandenen Studien geben ein divergentes Bild ab. Sie zeigen zwar in der Mehrzahl signifikante Effekte, aber vor allem in Bezug auf eine verbesserte individuelle Problematik und kaum im Hinblick auf die belastete Paarbeziehung. Zudem ist in der Mehrzahl der Studien das systemische Vorgehen einer Vergleichsbehandlung höchstens gleichwertig oder unterlegen. Dies lässt sich folgendermaßen interpretieren: Man muss bedenken, dass sich der systemische Ansatz zunächst als Behandlungsmethode für individuelle Störungen entwickelte, in der aber der Beziehungskontext der Patienten mit einbezogen wurde (z. B. in der Behandlung von Schizophrenie, Essstörungen). Dabei grenzten sich manche frühen Familientherapeuten auch explizit gegenüber der damals do-

minierenden psychoanalytischen Paartherapie ab (Gurman, 2008)¹. Die empirischen Ergebnisse zeigen, dass systemische Paartherapie zwar wirksam ist, im Vergleich zu anderen Verfahren aber offenbar weniger effektiv, zumindest was die Verbesserung der Beziehungsproblematik angeht. Hier besteht nach wie vor ein großer Forschungsbedarf. Aktuelle Übersichten fordern weitere Forschungsanstrengungen (Stratton et al., 2015). In Zukunft sind vor allem Studien wünschenswert, in denen die Wirkung eines explizit systemischen Vorgehens im paartherapeutischen Setting hinsichtlich einer Verbesserung der belasteten Paarbeziehung untersucht wird.

Emotionsfokussierte Paartherapie (EFT)

Seit Jahren gibt es im angelsächsischen Bereich eine intensive Diskussion um gemeinsame Wirkfaktoren (»common factors«), die für erfolgreiche Paartherapien schulenübergreifend als grundlegend angenommen werden (Halford & Snyder, 2012; Lebow, 2017; Nielsen, 2017). Die allgemeinen Wirkfaktoren könnten den Weg weisen für eine integrative Paartherapie, in der

- die Einflüsse aus der Ursprungsfamilie auf die gegenwärtige Beziehung betrachtet werden;
- die gegenwärtigen Interaktionszyklen, die aus den Ursprungsfamilien resultieren, differenziert beobachtet werden;

- die affektiven, verhaltensmäßigen und kognitiven dysfunktionalen Überzeugungen und Strategien fokussiert werden;
- sich die therapeutische Arbeit unmittelbar auf maladaptive Interaktionszyklen konzentriert.

Zunächst sollte die Aufmerksamkeit der Klienten auf diese Interaktionszyklen und ihre eigene Rolle darin gerichtet werden, um dadurch den Prozess zu entschleunigen und es den Klienten zu ermöglichen, eine Metaposition einzunehmen, in der sie ihre eigene Beteiligung an Eskalationen erkennen und dafür Verantwortung übernehmen können. Auf dieser Basis zielen Interventionsstrategien darauf ab, dass die Klienten ihre Emotionen besser regulieren und sich in das Verhalten des anderen besser einfühlen und es so verstehen können.

Gemeint ist hier eine konzeptorientierte Integration, keineswegs ein auch

» Eine konzeptorientierte Integration verschiedener Elemente zu einem Behandlungsprogramm entspricht keineswegs einem intuitiven Eklektizismus

in Deutschland verbreiteter intuitiver Eklektizismus. Snyder et al. (2012) weisen darauf hin, dass solche additiven Modelle die Gefahr bergen, dass inkonsistente oder gar widersprüchliche Ansätze kombiniert werden und hierdurch nicht nur nicht geholfen, sondern sogar Schaden angerichtet werden könne (Roesler, 2015).

EFT ist das bekannteste Beispiel für eine gelungene konzeptorientierte Integration. EFT wurde nicht aus einem theoretischen Modell, sondern aus der empirischen Prozessforschung zu erfolgreichen Paartherapien entwickelt (Greenman & Johnson, 2013). Auf der

¹ Gurman zitiert Haley, einen der Mitbegründer der Familientherapie, mit den Worten: »Eheberatung schien uns für das sich entwickelnde Feld der Familientherapie nicht relevant zu sein« (Gurman, 2008, p. 6; Übersetzung des Autors). Eine Ausnahme hiervon stellt sicherlich Virginia Satir dar.

ÜBER-SICHTEN

Basis dieser empirischen Erkenntnisse wurde das Konzept der EFT entwickelt, das die Bindungstheorie erwachsener Paarbeziehungen mit psychodynamischen, humanistischen und systemischen Elementen zu einem manualisierten Behandlungsprogramm integriert (Johnson, 2009; Roesler, 2016). Verschiedene Autoren loben ausdrücklich, dass hier neben der systematischen Forschung auch stringente und gut erreichbare Ausbildungsstrukturen in verschiedenen amerikanischen und europäischen Ländern entwickelt wurden (Sprenkle et al., 2012). Darüber hinaus wurde die Wirksamkeit der Methode von Anfang an in einem umfangreichen Forschungsprogramm untersucht. Es liegen deutlich mehr als 30 Prozess- und Wirksamkeitsstudien (hauptsächlich RCTs) zur EFT vor, die in mehreren Metaanalysen zusammengefasst wurden (aktuelle Übersicht: Wiebe & Johnson, 2016). Die Effektstärken variieren im hohen Bereich ($d = 0.94 - 1.95$), wobei die mittlere Ef-

fektstärke ($d = 1.3$) höher ist als bei allen anderen Verfahren. Somit erscheint die EFT als paartherapeutische Methode gegenüber anderen Verfahren als deutlich überlegen (Lebow et al., 2012). Die bisher durchgeführten Studien zeigen eine signifikante Besserungsrate von 86 – 90 % in 10 – 12 Sitzungen, 70 – 74 % der Paare bezeichnen sich in den Nachbefragungen als komplett frei von therapie relevanten Problemen. Diese Resultate erweisen sich auch in mehrjährigen Nachkontrollen als stabil. Die Ergebnisse gelten für unterschiedliche Klientenpopulationen und, im Gegensatz zu anderen Verfahren, als unabhängig vom anfänglichen Konfliktniveau des Paares. Die oben ausgeführten Probleme anderer Paartherapiemethoden mit niedrigeren Besserungsraten und hohen Rückfallquoten finden sich bei EFT nicht. Ergebnisse aus Prozessstudien legen nahe, dass die Besserung auf die im Modell aufgeführten Interventionen und Wirkmechanismen zurückzuführen ist. Halford & Snyder

(2012) fassen die Prozessforschung dahingehend zusammen, dass die Vorhersagen des theoretischen Modells von EFT zur Entwicklung der Partner und der Paarbeziehung in der Therapie empirisch bestätigt werden konnten. Seit einigen Jahren wird EFT in der Behandlung von Depression, Traumafolgestörungen, körperlichen Erkrankungen (z. B. koronare Herzerkrankung, Krebserkrankungen) und deren Auswirkungen auf die Partnerschaft angewendet. Die Effektstärken liegen dabei im hohen Bereich (Wiebe & Johnson, 2016). Bei Depression ist EFT mit einer hohen Effektstärke ($d = 1.28$) nicht nur der Behandlung im Einzelsetting überlegen, auch die Qualität der Paarbeziehung verbessert sich signifikant. Zudem zeigt sich erneut eine Überlegenheit gegenüber anderen paartherapeutischen Behandlungsansätzen. Kritisch wurde in Bezug auf die Wirksamkeitsforschung zu EFT angemerkt, dass es sich in den RCTs häufig um kleine Stichproben handelt (Halford et al., 2016).



**Ausbildungsinstitut
Meilen**

Weiterbildung in systemischer Therapie und Beratung

(Dauer 4 Jahre)

Führt zum Titel «Eidgenössisch
anerkannte/r Psychotherapeut/in»

Einführungskurs:
04./05./06.02.2019
03./04./05.06.2019

Grundkurs:
Findet jährlich im Herbst statt

Vertiefungskurs:
November 2018 – November 2019

**Programme,
Informationen und
Anmeldung:**
ausbildungsinstitut.ch

Systemische Therapie und Beratung

Fortbildungen und Seminare

Dreiteilige Workshop-Serie mit
Daniel Dietrich

Ego-States I: Stabilisierende Methoden
29./30./31.10.2018
(einzeln buchbar)

**Ego-States II: Die Arbeit mit bedürftigen
Anteilen und mit kritischen Stimmen**
21./22./23.01.2019
(nur in der Serie buchbar)

**Ego-States III: Die Arbeit mit trauma-
assoziierten Ego-States**
11./12./13.03.2019
(nur in der Serie buchbar)

5. Grundkurs «Multifamilienarbeit» 2019
März – November 2019
mit Eia Asen, Sylvia Beuth, Karin Bracht,
Jens Frost, Petra Kiehl, Michael & Katja
Scholz

Workshops

**News from Nonviolent Resistance and
Parental Presence**
mit Uri Weinblatt
13./14.11.2018

**Hochstrittige Eltern – Kinder im
Kreuzfeuer**
mit Eia Asen und Justine van Lawick
12./13.12.2018

**EFT – Emotionsfokussierte Paartherapie
Vertiefung**
mit Oskar Holzberg und Andrea Seifert
21./22.02.2019

**Sexualität = Biologie + (Fehl-)
Interpretation**
mit Helke Bruchhaus Steinert
03./04.07.2019



Paarberatung und naturalistische Studien

Paarberatung in Beratungsstellen stellt vermutlich die in Deutschland am häufigsten durchgeführte Form der Paartherapie dar. Sie wurde bislang aber vor allem in naturalistischen Designs untersucht. Zu den methodischen Limitierungen zählt, dass in den untersuchten Beratungsteams ganz unterschiedliche Interventionsansätze zur Anwendung kommen, sodass nicht zwischen den einzelnen Verfahren differenziert werden kann. Verschiedene Autoren (Wright et al., 2007; Halford et al., 2016) diskutieren die auffälligen Unterschiede in den Effektstärken zugunsten der RCTs ($d = 0.8$) im Vergleich mit naturalistischen Studien ($d = 0.5$). In den naturalistischen Studien brechen 50 % der Paare die Therapie vorzeitig ab. Nur 40 % erreichen eine klinisch bedeutsame Besserung, und selbst von diesen erleiden 30–60 % in der Folge einen Rückfall. Daher liegt die Effektstärke bei einer konservativen Berechnung für reale Praxisbedingungen nur bei der Hälfte der Effektstärken aus RCTs (Halford et al., 2016). Alle Autoren betonen, dass die Erkenntnisse aus experimentellen Studien möglicherweise wenig Relevanz für die Praxis haben, weil die Studienbedingungen zu artifizial sind. In den naturalistischen Studien finden sich demgegenüber Paare mit stärkerer Problemausprägung und höherer Ambivalenz gegenüber der Frage, ob sie sich trennen sollen. Zudem wurden in den experimentellen Studien zum großen Teil nicht verheiratete Paare ausgeschlossen, während diese Paare in der realen Praxis einen erheblichen Teil der Klientel darstellen. Allerdings findet sich konsistent ein Zusammenhang zwischen der anfänglichen Ausprägung der Belastung der Partnerschaft und dem Erfolg der Paarintervention, der 46 % der Varianz im Outcome erklärt (Halford & Snyder, 2012).

Einen aktuellen umfassenden Überblick über naturalistische Studien zur

Paartherapie bieten Hewison et al. (2016). Die zehn berichteten Studien zeigen durchgängig moderate Effektstärken für die Verbesserung der Partnerschaft ($d = 0.5$). In einer britischen Studie, der bislang größten für den Bereich der öffentlichen Versorgung bei Paarproblemen ($n = 877$), fanden die Autoren eine mittlere Effektstärke ($d = 0.58$) für die Verbesserung der Partnerschaft (ebd.). Eine Studie aus Schweden, wo Paarberatung im Sozialsystem ähnlich wie in Deutschland verortet ist, fand ebenfalls eine moderate Effektstärke ($d = 0.58$) (Hansson & Lundblad, 2006). Ähnliches berichtet eine Studie zur institutionellen Paarberatung aus Australien ($d = 0.67$), wobei hier allerdings auch retrospektive Daten verwendet wurden (Petch et al., 2014). Die Studienlage für Deutschland wird in Teil 2 dieses Beitrages ausführlich berichtet, wobei schon hier festgestellt werden kann, dass sich die besagten moderaten Effektstärken ($d = 0.3–0.5$, mit Verbesserung von 30–40 % der Paare) in den Studien bestätigen, ebenso wie die hohe Rate an Abbrechern und Rückfällen (Klann et al., 2011). Die hochgradige Konsistenz der Ergebnisse und die begrenzte Wirksamkeit der Paarintervention, die sich darin zeigt, stützt deutlich den Befund von Halford et al. (2016). Ebenso findet sich auch hier ein deutlicher Zusammenhang zwischen einer hohen anfänglichen Belastung der Partnerschaft und einer geringeren Verbesserung in der Beratung sowie einem oftmals frühzeitigen Therapieabbruch.

Fazit

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass sich für die Paartherapiemethoden, die sich in der Versorgung in Deutschland etabliert haben, höchstens moderate Effekte zeigen. Einzige Ausnahme bildet die psychodynamische Paartherapie. Nach wie vor gelingt es den hier eingesetzten Verfahren nicht, bei anfänglich hohem Belastungs-niveau des Paares (globale Unzufrieden-

heit mit der Partnerschaft im Messinstrument größer als eine Standardabweichung über dem Mittelwert der Gesamtstichprobe) im Mittelwert der untersuchten Gruppen eine wirksame Intervention anzubieten. Weniger als die Hälfte der Klienten erfährt eine klinisch bedeutsame Verbesserung. Hingegen liegt mit der EFT eine Therapie vor, die sich unter den strengen Bedingungen von RCTs auch bei hochbelasteten Paaren als in hohem Maße wirksam gezeigt hat. Darüber hinaus ist ungeklärt, warum die Effektstärke für Paartherapie unter realen Praxisbedingungen nur etwa die Hälfte der Effektstärken aus RCTs beträgt und hier höchstens 40 % der Paare nachhaltig geholfen werden kann. In Teil 2 des Beitrags wird dieser Frage anhand der Darstellung dreier deutscher Studien zur Paarberatung nachgegangen, wobei eine aktuelle bundesweite Studie im Zentrum steht, die mit 554 Paaren die bislang größte Studie zur Paartherapie im deutschsprachigen Raum darstellt.

→ Abstract

The Efficacy of Couple Therapy – Part 1: The State of Research: An Overview

The paper focuses on the major societal relevance of couple problems and the consequences of distressed / failed couple relationships. The demand for couple therapy has grown accordingly. A comprehensive overview summarizes the research on the efficacy of couple therapy in general and of different approaches to couple therapy in particular. It shows that various traditional approaches have proved to be relatively limited in their efficacy, whereas integrated approaches in particular have achieved high effect sizes and a high degree of sustainability. So far, these approaches have not been applied on a broader base in German-speaking countries. In addition, the efficacy of couple-therapy is significantly higher in controlled studies compared to the effectiveness in real practice settings. Possible explanations for these discrep-

ÜBER-SICHTEN

ancies and consequences for the therapeutic practice are discussed.

Keywords: couple problems, couple therapy, couple counselling, efficacy, evidence, empirical research

→ Bibliografie

- 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.
- Balfour, A., & Lanman, M. (2012). An evaluation of time-limited psychodynamic psychotherapy for couples. *Psychology and Psychotherapy*, 85, 292 – 309. DOI 10.1111/j.2044-8341.2011.02030.x.
- Barbato, A., & D'Avanzo, B. (2008). Efficacy of couple therapy as a treatment for depression: A meta-analysis. *Psychiatric Quarterly*, 79, 121 – 132. <https://doi.org/10.1007/s1126-008-9068-0>.
- Baucom, D. H., Epstein, N. B., LaTaillade, J. J., & Kirby, J. S. (2008). Cognitive-behavioral Couple Therapy. In A. S. Gurman (ed.), *Clinical Handbook of Couple Therapy* (pp. 183 – 197) New York: Guilford (4th ed.).
- Bodenmann, G. (2012). *Verhaltenstherapie mit Paaren. Ein bewältigungsorientierter Ansatz*. Bern: Huber.
- Bodenmann, G. (2013). *Lehrbuch klinische Paar- und Familienpsychologie*. Bern: Huber.
- Carr, A. (2014). The evidence base for couple therapy, family therapy and systemic interventions for adult-focused problems. *Journal of Family Therapy*, 36, 158 – 194.
- Christensen, A., Atkins, D. C., Baucom, B., & Yi, J. (2010). Marital status and satisfaction five years following a randomized clinical trial comparing traditional versus integrative behavioral couple therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 78, 225 – 235. DOI 10.1037/a0018132.
- Dimidjian, S., Martell, C., & Christensen, A. (2008). Integrative behavioural couple therapy. In A. S. Gurman (ed.), *Clinical Handbook of Couples Therapy* (pp. 73 – 103) New York: Guilford (4th ed.).
- Dunn, R. L., & Schwebel, A. I. (1995). Meta-analytic review of marital therapy outcome research. *Journal of Family Psychology*, 9, 58 – 68. DOI 10.1037/0893-3200.9.1.58.
- Fischer, M. S., Baucom, D. H., & Cohen, M. J. (2016). Cognitive-behavioral couple therapies: Review of the evidence for the treatment of relationship distress, psychopathology, and chronic health conditions. *Family Process*, 55, 423 – 442. DOI 10.1111/famp.12227.
- Frisch, J., Aguilar-Raab, C., Eckstein, M., & Ditzen, B. (2017). Einfluss von Paarinteraktion auf die Gesundheit. *Psychotherapeut*, 62, 59 – 76. DOI 10.1007/s00278-016-0153-9.
- Greenman, P. S., & Johnson, S. M. (2013). Process Research on Emotionally Focused Therapy (EFT) for Couples: Linking Theory to Practice. *Family Process*, 52, 46 – 61. DOI 10.1111/famp.12015.
- Gurman, A. S. (ed.) (2008). *Clinical Handbook of Couple Therapy*. New York: Guilford (4th ed.).
- Halford, W. K., & Snyder, D. K. (2012). Universal Processes and Common Factors in Couple Therapy and Relationship Education. *Behavior Therapy*, 43, 1 – 12. DOI 10.1016/j.beth.2011.01.007.
- Halford, W. K., Pepping, C. A., & Petch, J. (2016). The gap between couple therapy research efficacy and practice effectiveness. *Journal of Marital and Family Therapy*, 42, 32 – 44. DOI 10.1111/jmft.12120.
- Hansson, K., & Lundblad, A. (2006). Couples therapy: Effectiveness of treatment and long-term follow-up. *Journal of Family Therapy*, 28, 136 – 152. DOI 10.1111/j.1467-6427.2006.00343.x.
- 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 UP.
- Hewison, D., Casey, P., & Mwamba, N. (2016). The effectiveness of couple therapy: Clinical outcomes in a naturalistic United Kingdom setting. *Psychotherapy*, 53, 377 – 387. DOI 10.1037/pst0000098.
- Johnson, S. M. (2009). *Die Praxis der Emotionsfokussierten Paartherapie*. Paderborn: Junfermann.
- 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, 3 – 34. DOI 10.1037/0033-2909.118.1.3.
- Klann, N., Hahlweg, K., Baucom, D. H., & Kroeger, C. (2011). The Effectiveness of couple therapy in Germany: A Replication Study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 37, 200 – 208. DOI 10.1111/j.1752-0606.2009.00164.x.
- Krishnakumar, A., & Buehler, C. (2004). Interparental conflict and parenting behaviors: A meta-analytic review. *Family Relations*, 49, 25 – 44. DOI 10.1111/j.1741-3729.2000.00025.x.
- Kröger, C., Haslbeck, A., Dahlinger, K., & Sanders, R. (2008). »Paare sind die Architekten der Familie«. Zur Bedeutung der Paarbeziehung für die Familienentwicklung. *Beratung Aktuell*, 3, 139 – 155.
- Kuhlmann, I., Tolvanen, A., & Seikkula, J. (2013). Couple therapy for depression within a naturalistic setting in Finland: Factors related to change of the patient and the spouse. *Contemporary Family Therapy*, 35, 656 – 672. DOI 10.1007/s10591-013-9246-6.
- Lebow, J. L. (2017). Emerging Principles of Practice in Couple and Family therapy. *Family Process*, 56, 535 – 539. DOI 10.1111/famp.12309.
- Lebow, J. L. (2016). Editorial: Empirically Supported Treatments in Couple and Family Therapy. *Family Process*, 55, 385 – 389. DOI 10.1111/famp.12240.
- Lebow, J. L., Chambers, A. L., Christensen, A., & Johnson, S. M. (2012). Research on the Treatment of Couple Distress. *Journal of Marital and Family Therapy*, 38, 145 – 168. DOI 10.1111/j.1752-0606.2011.00249.x.
- Loschky, A., & Koch, A. (2013). Kinder aus getrennt lebenden Familien. Was müssen sie bewältigen? In M. Weber, U. Albers-tötter & H. Schilling (Hrsg.), *Beratung von Hochkonflikt-Familien* (S. 87 – 102) Weinheim: Beltz Juventa.
- Nielsen, A. C. (2017). From couple therapy 1.0 to a comprehensive model: A roadmap for sequencing and integrating systemic, psychodynamic, and behavioral approaches in couple therapy. *Family Process*, 56, 17 – 32. DOI 10.1111/famp.12300.
- Petch, J., Lee, J., Huntingdon, B., & Murray, J. (2014). Couple counselling outcomes in an Australian not for profit. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 35, 445 – 461. DOI 10.1002/anzf.1074.
- Pietromonaco, P. R., Uchino, B., & Schetter, C. D. (2013). Close relationship processes and health: Implications of attachment theory for health and disease. *Health Psychology*, 32, 499 – 513. DOI 10.1037/a0029349.
- Pinquart, M., Oslejsek, B., & Teubert, D. (2016). Efficacy of systemic therapy on adults with mental disorders. A meta-analysis. *Psychotherapy Research*, 26, 1 – 17. DOI 10.1080/10503307.2014.935830.
- Reese, R. J., Toland, M. D., Slone, N. C., & Norsworthy, L. A. (2010). Effect of client feedback on couple psychotherapy outcomes. *Psychotherapy*, 47, 616 – 630. DOI 10.1037/a0021182.

- Retzlaff, R., v. Sydow, K., Rotthaus, W., Beher, S., & Schweitzer, J. (2009). Systemische Therapie als evidenzbasiertes Verfahren – aktuelle Fakten, Entscheidungen und Ausichten. *Psychotherapeutenjournal*, 1, 4 – 16.
- Richter, H. E., & Wirth, H. J. (1978). Sieben Jahre Erfahrung mit der analytischen Zwei-Wochen-Paartherapie. *Familiendynamik*, 3, 20 – 46.
- Roesler, C. (2016). Paarbeziehung als Bindung und Emotionsfokussierte Paartherapie (EFT). *Psychotherapeut*, 61, 43 – 48. DOI 10.1007/s00278-015-0070-3.
- Roesler, C. (2015). Die begrenzte Wirksamkeit bisheriger Paartherapien verlangt neue Methoden. Paarinteraktions- und Wirkungsforschung und die Konsequenzen für die Praxis. *Familiendynamik*, 40, 336 – 345.
- Schär, M. (2016). *Paarberatung und Paartherapie*. Berlin, Heidelberg: Springer. DOI 10.1007/978-3-662-47482-2.
- Schiepek, G. (1999). *Grundlagen der systemischen Therapie*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Shadish, W. R., & Baldwin, S. A. (2005). Effects of behavioral marital therapy: A meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73, 6 – 14. DOI 10.1037/0022-006X.73.1.6.
- Snyder, D. K., Wills, R. M., & Grady-Fletcher, A. (1991). Long-term effectiveness of behavioural vs. insight-oriented marital therapy: A four-year-follow-up study. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 59, 138 – 141. DOI 10.1037/0022-006X.59.1.138.
- Snyder, D., & Halford, W. (2012). Evidence-based couple therapy: current status and future directions. *Journal of Family Therapy*, 34, 229 – 249. DOI 10.1111/j.1467-6427.2012.00599.x.
- Sobolewski, J., & Amato, P. (2007). Parents' discord and divorce, parent-child-relationships and subjective well-being in early adulthood. *Social Forces*, 85, 1105 – 1124. DOI 10.1353/sof.2007.0056.
- Sprenkle, D. (2012). Intervention research in couple and family therapy: a methodological and substantive review and an introduction to the special issue. *Journal of Marital and Family Therapy*, 38, 3 – 29. DOI 10.1111/j.1752-0606.2011.00271.x.
- Statistisches Bundesamt (2016). Datenreport 2016. Verfügbar unter: <https://www.destatis.de/datenreport> [letzter Zugriff am 20.06.2018]
- Stratton, P., Silver, E., Nascimento, N., McDonnell, L., Powell, G., & Nowotny, E. (2015). Couple and Family Therapy Outcome Research in the Previous Decade: What Does the Evidence Tell Us? *Contemporary Family Therapy*, 37, 1 – 12. DOI 10.1007/s10591-014-9314-6.
- Sydow, K. v., Beher, S., Schweitzer, J., & Retzlaff, R. (2010). The efficacy of systemic therapy with adult patients: meta-content analysis of 38 randomized controlled trials. *Family Process*, 49, 457 – 485. DOI 10.1111/j.1545-5300.2010.01334.x.
- Wadsworth, M. E., & Markman, H. J. (2012). Where's the Action? Understanding What Works and Why in Relationship Education. *Behavior Therapy*, 43, 99 – 112. DOI 10.1016/j.beth.2011.01.006.
- Wagner, M., & Weiß, B. (2003). Bilanz der deutschen Scheidungsforschung. Versuch einer Meta-Analyse. *Zeitschrift für Soziologie*, 32, 29 – 49. DOI 10.1515/zfsoz-2003-0102.
- Wallerstein, J., & Lewis, J. S. (2001). *The Unexpected Legacy of Divorce. Report of a 25 year landmark study*. New York: Hyperion Books.
- Wiebe, S. A., & Johnson, S. M. (2016). A Review of the Research in Emotionally Focused Therapy for Couples. *Family Process*, 55, 390 – 407. DOI 10.1111/famp.12229.
- Wood, N., Crane, D., Schaalje, B., & Law, D. (2005). What works for whom. A meta-analytic review of marital and couples therapy in reference to marital distress. *American Journal of Family Therapy*, 33, 273 – 287. <https://doi.org/10.1080/01926180590962147>.
- Wright, J., Sabourin, S., Mondor, J., McDuff, P., & Mamodhousen, S. (2007). The clinical representativeness of couple therapy outcome research. *Family Process*, 46, 301 – 316. DOI 10.1111/j.1545-5300.2007.00213.x. ■



Anschrift des Verfassers

Prof. Dr. Christian Roesler

Katholische Hochschule Freiburg
Staatlich anerkannte Hochschule
Karlstraße 63
79104 Freiburg
christian.roesler@kh-freiburg.de
www.kh-freiburg.de

Dipl.-Psych., Psychologischer Psychotherapeut, Psychoanalytiker (C. G. Jung-Institut Zürich), Professur für Klinische Psychologie und Arbeit mit Familien 1994 – 2008 in der EFL-Beratung, in privater Praxis für Analytische Psychotherapie, Paartherapie und Familienmediation in Freiburg i. Br. Dozent an den C. G. Jung-Instituten Zürich, Stuttgart und ISAP Zürich, Lehranalytiker am Aus- und Weiterbildungsinstitut für Psychoanalytische und Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie am Universitätsklinikum Freiburg (DGPT). Dozent für Emotionsfokussierte Paartherapie. Forschungs- und Publikationsschwerpunkte: Analytische Psychologie, Paartherapie / -beratung, Familienkonflikte und -mediation, Narrative Identität und Biografieforschung, Medienpsychologie. Aktuelle Publikationen: *Psychosoziale Arbeit mit Familien*. Stuttgart: Kohlhammer 2015; *Paarprobleme und Paartherapie – Theorien, Methoden, Forschung. Ein integratives Lehrbuch*. Stuttgart: Kohlhammer 2018.