



Masterarbeit

Beziehungsmuster in Paarbeziehungen auf der Grundlage schematherapeutischer Konzepte

Tamara Elmer Manneh

Vertiefungsrichtung Klinische Psychologie

Fachliche Beratung: Prof. Dr. Hugo Grünwald

Zürich, Mai 2011

Diese Arbeit wurde im Rahmen des konsekutiven Masterstudienganges in Angewandter Psychologie an der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften ZHAW verfasst. Eine Publikation bedarf der vorgängigen schriftlichen Bewilligung durch das Departement Angewandte Psychologie.

ZHAW Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften, Departement Angewandte Psychologie, Minervastrasse 30, Postfach, 8032 Zürich.

Inhalt

1	EINLEITUNG	1
2	MODELLE UND ASPEKTE DER PAARBEZIEHUNG	3
2.1	DEFINITION DER PAARBEZIEHUNG.....	3
2.2	BEZIEHUNGSMODELLE	4
2.2.1	Überblick.....	4
2.2.2	Beziehungsmodelle verschiedener Psychotherapieschulen	5
2.3	GRUNDBEDÜRFNISSE	7
2.3.1	Einführung und Begriffserklärung.....	7
2.3.2	Das Bedürfniskonzept von Grawe	7
2.3.3	Grundbedürfnisse und Partnerschaft.....	8
2.4	BEWÄLTIGUNG VON PARTNERSCHAFTSKONFLIKTEN	10
2.5	PARTNERSCHAFTSZUFRIEDENHEIT.....	11
2.5.1	Der Begriff der Partnerschaftszufriedenheit.....	11
2.5.2	Aspekte der Partnerschaftszufriedenheit.....	12
2.5.3	Partnerschaftszufriedenheit und Bedürfnisse	13
3	BEZIEHUNGSDYNAMIK IN PAARBEZIEHUNGEN.....	15
3.1	SYMMETRISCHE UND KOMPLEMENTÄRE INTERAKTION	15
3.2	DAS KOLLUSIONSMODELL	17
4	SCHEMATHERAPIE.....	20
4.1	WAS IST SCHEMATHERAPIE?	20
4.2	WURZELN DER SCHEMATHERAPIE	21
4.2.1	Kognitive Verhaltenstherapie	21
4.2.2	Erlebnisfokussierte Modelle	21
4.2.3	Psychodynamische Konzepte	22
4.2.4	Bindungstheorie.....	22
4.3	DER SCHEMABEGRIFF	23
4.4	DAS SCHEMAKONZEPT.....	24
4.5	DIE SCHEMADOMÄNEN UND ZUGEHÖRIGEN SCHEMATA	26
4.6	SCHEMABEWÄLTIGUNG	30
4.7	DAS MODUSMODELL	31
4.7.1	Dynamik zwischen den Modi	32
4.7.2	Der Modus des Gesunden Erwachsenen	33
4.8	DER THERAPIEPROZESS	33
4.9	SCHEMATHERAPIE MIT PAAREN.....	34
4.9.1	Grundlagen der Paardynamik aus schematherapeutischer Perspektive	35
4.9.2	Ziele der Schematherapie mit Paaren.....	36
4.10	SCHEMATHERAPIE UND FORSCHUNG	36
5	METHODISCHES VORGEHEN.....	40
5.1	FRAGESTELLUNG UND HYPOTHESEN DER ARBEIT	40
5.2	FORSCHUNGSDESIGN	42
5.3	UNTERSUCHUNGSINSTRUMENT	42
5.3.1	Kurzanamnese	43
5.3.2	Young Schema Questionnaire Kurzform (YSQ-S3)	43
5.3.3	Schema Mode Inventory (SMI).....	44
5.3.4	Partnerschaftsfragebogen (PFB).....	44
5.3.5	Testung des Fragebogens	45
5.4	STICHPROBENAUSWAHL.....	45
5.5	DATENERHEBUNG.....	45
5.6	DATENAUFBEREITUNG UND -AUSWERTUNG	47

5.6.1	Beschreibung der Stichprobe.....	47
5.6.2	Schemakonstellationen, Fragestellung 1.....	47
5.6.3	Bedürfniskonstellationen, Fragestellung 2.....	48
5.6.4	Bewältigungskonstellationen, Fragestellung 3.....	49
5.6.5	Partnerschaftsqualität mit Bedürfnis- und Bewältigungskonstellationen, Fragestellung 4.....	51
6	DARSTELLUNG DER ERGEBNISSE	51
6.1	BESCHREIBUNG DER STICHPROBE.....	52
6.1.1	Partnerschaftliche und soziodemographische Merkmale.....	52
6.1.2	Körperliche, psychische und partnerschaftliche Beschwerden	53
6.1.3	Partnerschaftsqualität.....	54
6.2	SCHEMAKONSTELLATIONEN.....	55
6.2.1	Berechnungen der Schemakonstellationen im Hinblick auf Fragestellung 1.....	55
6.2.2	Zusätzliche Ergebnisse zu den Schemata.....	58
6.2.3	Beantwortung der Fragestellung 1.....	60
6.3	BEDÜRFNISKONSTELLATIONEN	61
6.3.1	Berechnungen der Bedürfniskonstellationen im Hinblick auf Fragestellung 2.....	61
6.3.2	Zusätzliche Ergebnisse zu den Grundbedürfnissen	63
6.3.3	Beantwortung der Fragestellung 2.....	65
6.4	BEWÄLTIGUNGSKONSTELLATIONEN	66
6.4.1	Berechnungen der Bewältigungskonstellationen im Hinblick auf Fragestellung 3.....	67
6.4.2	Berechnungen zur Fragestellung 3.1.....	69
6.4.3	Berechnungen zur Fragestellung 3.2.....	69
6.4.4	Zusätzliche Ergebnisse zu den Bewältigungsstilen	70
6.4.5	Beantwortung der Fragestellung 3.....	72
6.5	BEDÜRFNISSE, BEWÄLTIGUNG UND PARTNERSCHAFTSQUALITÄT	73
6.5.1	Beantwortung der Fragestellung 4.....	76
7	DISKUSSION	77
7.1	ZUSAMMENFASSUNG UND INTERPRETATION DER ERGEBNISSE.....	77
7.1.1	Partnerschaftszufriedenheit	78
7.1.2	Schemakonstellationen.....	78
7.1.3	Bedürfniskonstellationen.....	79
7.1.4	Bewältigungskonstellationen.....	80
7.1.5	Partnerschaftszufriedenheit, Bedürfnis- und Bewältigungsmuster.....	82
7.2	FAZIT	83
7.3	KRITISCHE STELLUNGSNAHME UND WEITERFÜHRENDE ÜBERLEGUNGEN	85
	ABSTRACT	87
	LITERATURVERZEICHNIS.....	88
	ANHANG	95

Tabellenverzeichnis

<i>Tabelle 1</i>	Übersicht Schemata, Domänen, Bedürfnisse.....	25
<i>Tabelle 2</i>	Zeitplan der Datenerhebung.....	46
<i>Tabelle 3</i>	Bedürfniskonstellationen Wertelabel	49
<i>Tabelle 4</i>	Bewältigungsstile	50
<i>Tabelle 5</i>	Körperliche, psychische und partnerschaftliche Beschwerden.....	53
<i>Tabelle 6</i>	Deskriptive Statistik, Komponenten der Partnerschaftsqualität	54
<i>Tabelle 7</i>	Häufigkeiten Hauptschema der Einzelpersonen	55
<i>Tabelle 8</i>	Häufigkeitsverteilung der Schemakonstellationen.....	57
<i>Tabelle 9</i>	Häufigkeiten Hauptbedürfnis der Einzelpersonen	61
<i>Tabelle 10</i>	Häufigkeitsverteilung der Bedürfniskonstellationen.....	62
<i>Tabelle 11</i>	Häufigkeiten Schemabewältigung der Einzelpersonen.....	67
<i>Tabelle 12</i>	Häufigkeiten Bewältigungsstil der Einzelpersonen	68
<i>Tabelle 13</i>	Häufigkeitsverteilung der Bewältigungskonstellationen.....	69
<i>Tabelle 14</i>	Häufigkeiten Bewältigungszirkel der Schemakonstellationen 155 und 169.....	69
<i>Tabelle 15</i>	Häufigkeiten Bewältigungszirkel der Bedürfniskonstellationen 8, 9 und 10.....	70
<i>Tabelle 16</i>	Häufigkeitsverteilung der Bedürfniskonstellationen bei zufriedenen Paaren	74
<i>Tabelle 17</i>	Häufigkeitsverteilung der Bedürfniskonstellationen bei Paaren mit hoher Partnerschaftsgesamtqualität.....	75
<i>Tabelle 18</i>	Häufigkeitsverteilung der Bedürfniskonstellationen bei Paaren mit geringer Partnerschaftsgesamtqualität.....	75
<i>Tabelle 19</i>	Häufigkeitsverteilung der Bewältigungskonstellationen bei zufriedenen Paaren sowie Paaren mit hoher und geringer Partnerschaftsgesamtqualität	76
<i>Tabelle 20</i>	Berufsgruppen der untersuchten Stichprobe.....	116
<i>Tabelle 21</i>	Übersicht Schema-Kombinationen Wertelabels	118

Abbildungsverzeichnis

<i>Abbildung 1</i>	Dynamik des Modusmodells (Roediger, 2009, S. 71).....	32
<i>Abbildung 2</i>	Häufigkeiten Schemakonstellationen.	58
<i>Abbildung 3</i>	Häufigkeiten Schemata in Abhängigkeit von Geschlecht	59
<i>Abbildung 4</i>	Häufigkeiten Bedürfniskonstellationen.	63
<i>Abbildung 5</i>	Häufigkeiten Grundbedürfnisse in Abhängigkeit von Geschlecht.....	65
<i>Abbildung 6</i>	Häufigkeiten Bewältigungsstile in Abhängigkeit von Geschlecht.....	71
<i>Abbildung 7</i>	Residuenplot Partnerschaftszufriedenheit und Partnerschaftsglück	116
<i>Abbildung 8</i>	Residuenplot PFB-Gesamtwert.....	116
<i>Abbildung 9</i>	Histogramm Partnerschaftszufriedenheit und Partnerschaftsglück.....	117
<i>Abbildung 10</i>	Histogramm PFB Skala Streitverhalten und PFB Skala Zärtlichkeit....	117
<i>Abbildung 11</i>	Histogramm PFB Skala Kommunikation und PFB-Gesamtwert.....	117

1 Einleitung

Neben sozioökonomischen Komponenten bildet die Paarbeziehung einer der wichtigsten Faktoren, der zum Wohlbefinden im Leben der Menschen beiträgt. Nach Grawe (2004; zit. nach Roediger, 2009) suchen 80 - 90% aller ambulanten Patientinnen und Patienten wegen Beziehungsproblemen eine Psychotherapie auf. Meist kommen Menschen in unbefriedigenden Paarbeziehungen irgendwann an den Punkt, an dem sie sich fragen, warum sie schon wieder einen Partner¹ haben mit dem sie unglücklich sind, mit dem sie ständig streiten, bei dem sie sich in ihrer Persönlichkeit und ihren Potentialen untergraben fühlen. Solche Wiedererkennungseffekte hängen in einem psychodynamischen Sinne mit internalisierten Beziehungsmustern zusammen, welche von beiden Partnern in eine Beziehung hineingetragen und aktiviert werden (Willi, 2010).

Die Schematherapie von Young und Mitarbeitenden (2008) beschäftigt sich mit solchen Beziehungsmustern, wobei sie eine neue Psychotherapiemethode darstellt, die von Young (1990, 1999, 2008) intuitiv auf der Grundlage von erfahrungsbasiertem Wissen entwickelt wurde. Sie beruht auf kognitiv-behavioralen, psychodynamischen, emotionsfokussierten und bindungstheoretischen Grundlagen. Im Zentrum der Therapiemethode stehen dysfunktionale Beziehungsmuster, so genannte Schemata, welche aufgrund von Beziehungserfahrungen und der Nichterfüllung von zentralen emotionalen Grundbedürfnissen in der Kindheit angeeignet werden. Weiter liegt das Augenmerk der Therapie auf den maladaptiven Versuchen, diese Beziehungserfahrungen zu bewältigen. In diesem Sinne stellt die Schematherapie eine Kompaktform, bzw. eine integrative Methode bereits etablierter Psychotherapieverfahren dar, wobei sie als Erweiterung von kognitiv-behavioralen und systemischen Beziehungskonzepten verstanden werden kann, welche die psychodynamische, bzw. beziehungs-dynamische Perspektive integriert.

Noch ist die Schematherapie mit Paaren ein sehr junges Arbeitsfeld, das erst in Deutschland Fuss zu fassen beginnt und der Literaturrecherche zufolge noch keinerlei empirischen Forschungen unterzogen wurde. Insofern liegt das Forschungsinteresse der vorliegenden Arbeit darin, einen Teil zur Schliessung dieser Lücke beizutragen und einen ersten empirischen Anhaltspunkt zu Beziehungsmustern bei Paaren auf der Grundlage von schematherapeutischen Konzepten zu gewinnen. In Bezug auf die paartherapeutische Praxis könnten die Ergebnisse mit schematherapeutischem Bezugsrahmen eine Brücke zwischen bisherigen Partnerschaftsmodellen schlagen und diese um ein integratives, beziehungs-dynamisches Konzept ergänzen.

¹ In der vorliegenden Arbeit wird der Begriff Partner als geschlechtsneutrale Bezeichnung für die Personen in einer Paarbeziehung verwendet und impliziert sowohl Frauen als auch Männer.

Um dem empirischen und praktischen Bedarf an abgesicherten Befunden nachzukommen, geht die vorliegende Arbeit im Sinne eines Überblicks der Fragestellung nach, welche Schemakonstellationen sich in Beziehungen klinisch unauffälliger Paare manifestieren, welche Bedürfniskonstellationen den Schemata zugrunde liegen und welche Bewältigungsmuster in den Paarbeziehungen vorkommen. Zusätzlich soll untersucht werden, ob zufriedene Paare, bzw. Paare mit einer hohen Partnerschaftsqualität andere Bedürfnis- und Bewältigungskonstellationen aufweisen als unzufriedene Paare, bzw. Paare mit einer eher geringen Partnerschaftsqualität. Die gefundenen schematherapeutischen Phänomene sollen dabei im Kontext etablierter, beziehungs-dynamischer interaktionistischer Partnerschaftskonstrukte betrachtet werden, während die grosse Fülle an weiteren Partnerschaftstheorien, wie Attraktivitätstheoretische Ansätze, Evolutionspsychologische Ansätze, soziologische, sozialpsychologische, entwicklungspsychologische und persönlichkeitspsychologische Ansätze nicht berücksichtigt werden.

Zur Beantwortung der Fragestellung wird zunächst der theoretische Bezugsrahmen abgesteckt. Hierzu werden zentrale Modelle und Aspekte von Paarbeziehungen im Hinblick auf das Forschungsinteresse, welches sich auf Schema-, Bedürfnis- und Bewältigungsmuster sowie Zufriedenheitsaspekte der Paarbeziehungen bezieht, vorgestellt. Nach der Begriffsklärung der Paarbeziehung werden Beziehungsmodelle, insbesondere psychotherapieschulenspezifische Ansätze sowie bisherige Befunde zur Partnerschaftszufriedenheit, zu emotionalen Grundbedürfnissen und zur Bewältigung von Partnerschaftskonflikten dargestellt (Kapitel 2). In Kapitel 3 werden Ansätze der symmetrischen und komplementären Interaktion sowie das Kollusionskonzept von Willi erläutert, um die gefundenen Phänomene auf der Grundlage schematherapeutischer Konzepte in den Bezugsrahmen interaktionistischer Modelle zu setzen. In Kapitel 4 wird schliesslich die Schematherapie als eigenständige Therapieform vorgestellt, unter besonderer Berücksichtigung schematherapeutischer Konzepte für die Paartherapie, wobei das Schemakonzept mit den 18 Schemata und den zugehörigen Grundbedürfnissen sowie Modelle der Schemabewältigung im Vordergrund stehen. Auf der Grundlage des theoretischen Erkenntnisgewinns werden im empirischen Teil zunächst die der vorliegenden Arbeit zugrunde liegenden Fragestellungen und Hypothesen hergeleitet, operationalisiert und das methodische Vorgehen bei der Datenerhebung, der Datenaufbereitung und Datenauswertung beschrieben (Kapitel 5). In Kapitel 6 werden die Ergebnisse dargestellt sowie die Fragestellungen beantwortet. Schliesslich folgt in der Diskussion (Kapitel 7) eine Zusammenfassung, Interpretation und kritische Reflexion der gefundenen Ergebnisse.

2 Modelle und Aspekte der Paarbeziehung

Die Schematherapie, welche früh erworbene internalisierte Beziehungsmuster aus der Kindheit zum Gegenstand der Therapie macht, wird in der vorliegenden Arbeit als Modell im Rahmen einer langen Tradition etablierter Beziehungsmodelle verstanden. Der Fokus dieser Arbeit liegt auf der explorativen Erfassung von Beziehungsmustern in Paarbeziehungen auf der Basis von drei schematherapeutischen Eckpfeilern, nämlich früh erworbene Beziehungsmuster, so genannte Schemata, die dahinter liegenden Bedürfnisstrukturen und die Bewältigungsreaktionen in Paarbeziehungen. Damit die gefundenen Phänomene auf der Basis schematherapeutischer Konzepte in den Kontext bewährter Partnerschaftsmodelle gesetzt werden können, folgen in diesem Kapitel eine Einführung zum Begriff der Paarbeziehung und ein Überblick der bekanntesten Partnerschaftskonzepte, unter Berücksichtigung von psychotherapieschulenspezifischen Konzepten. Weiter werden bisherige Befunde zu zentralen emotionalen Grundbedürfnissen, insbesondere in Paarbeziehungen, bisherige Befunde zur Bewältigung von Partnerschaftskonflikten sowie Elemente der Partnerschaftsqualität, bzw. Partnerschaftszufriedenheit dargestellt, um den Stand der bisherigen Forschung aufzuzeigen und die Ergebnisse der vorliegenden Arbeit zur Schematherapie zu diskutieren. Letzteres hat insofern Bedeutung für die vorliegende Arbeit, als es sich um eine Untersuchung bei klinisch unauffälligen Paaren handelt, also bei Paaren, die nicht in stationärer oder teilstationärer Behandlung sind.

2.1 Definition der Paarbeziehung

Die Paarbeziehung wird von Caspar (2004) als längerfristige Beziehung zwischen zwei Menschen definiert. Der Literaturrecherche zufolge ist Liebe in der Definition der Paarbeziehung ein zentrales Element. Eine Beziehung zwischen zwei Menschen wird meist dann als Paarbeziehung verstanden, wenn es sich um eine langfristige Beziehung im Sinne von Liebenden handelt, weshalb Bierhoff und Grau (1999) den Begriff romantische Beziehung verwenden. Mit Bezug auf Retzer (2002) und Riehl-Emde (2003) unterscheidet Willi (2005, S. 17) zwischen der Partnerbeziehung und der Liebesbeziehung. Partnerbeziehung versteht er als „emanzipatorisches Modell, das auf Reziprozität von Geben und Nehmen beruht und Gewicht auf Gerechtigkeit in der Verteilung von Privilegien und Machtverhältnissen legt“. Demgegenüber beinhaltet die Liebesbeziehung die „irrationale und bedingungslose Hingabe losgelöst von vertraglichen Regelungen und Tauschhandeln von Geben und Nehmen“. Dennoch betrachtet Willi (2005) die Liebe als notwendige, aber nicht hinreichende Determinante einer Paarbeziehung.

Ebbecke-Nohlen (2000), Revenstorf und Freudenfeld (2000) sowie Riehl-Emde (2005) gehen davon aus, dass Paarbeziehungen nicht nur den Rahmen für romantische Liebe, sexuelle Erfüllung, Basis für die Kindererziehung, materielle Sicherheit, Bindung

und Zusammenhalt bilden, sondern auch möglichst beiden Partnern Raum für Selbstverwirklichung, persönliches Glück und Autonomie geben, was im Modell der Koevolution von Willi (2000) Bestätigung findet.

In der vorliegenden Arbeit werden die Begriffe Paarbeziehung, Partnerschaft, Liebesbeziehung und intime Beziehung äquivalent behandelt, wobei mit dem Begriff sowohl gleichgeschlechtliche als auch verschiedengeschlechtliche Paare einbezogen werden.

2.2 Beziehungsmodelle

Im Folgenden findet sich ein Überblick bewährter Partnerschaftsmodelle unter besonderer Berücksichtigung der wichtigsten psychotherapieschulenspezifischen Stränge. Dabei handelt es sich um eine Auswahl, die einen starken Bezug zu schematherapeutischen Konzepten und somit zu den Fragestellungen der vorliegenden Arbeit aufweisen, während eine Reihe anderer, ebenso bedeutender Partnerschaftskonzepte weggelassen werden.

2.2.1 Überblick

Die Auseinandersetzung mit interpersonalen Theorien weist eine lange Tradition auf. Erste Ansätze wurden von Lasègue und Falret (1877) mit dem Konzept der „folie à deux“ entwickelt sowie mit Freuds Konzept der Übertragung und Gegenübertragung innerhalb der therapeutischen Beziehung (Bauriedl, Cierpka, Neraal et al., 2002; Steiner, Brandl-Nebhay & Reiter, 2002). In der nachfolgenden Zeit wurde eine Vielzahl von Modellen zum Thema Liebe und Paarbeziehung entworfen. Um das Konstrukt der Liebe zu systematisieren, formulierte beispielsweise Lee (1974) sechs für Paarbeziehungen charakteristische Liebesstile (Eros, Ludus, Mania, Agape, Storge und Pragma). Sternberg (1986) entwickelte mit der Dreieckstheorie der Liebe ein Konzept, welches Leidenschaft, Intimität/Vertrautheit und Verbindlichkeit/Bindung als unabdingbare Komponenten einer Liebesbeziehung definiert. Funktionale Beziehungsmodelle (Revenstorf & Freudenfeld, 2000) umfassen beispielsweise die Equity-Theorie (Thibaut & Kelly, 1959; Walster, Utne & Traupman, 1977) sowie das Familienmodell von Cierpka und Frevert (1994), während ätiologische Beziehungsmodelle (Revenstorf & Freudenfeld, 2000) unter anderen die biologischen Modelle nach Shaver, Hazan und Bradshaw (1988) sowie bindungstheoretische Grundlagen nach Bowlby (1969, 1975) und Ainsworth, Blehar, Waters und Wall (1978) subsumieren.

2.2.2 Beziehungsmodelle verschiedener Psychotherapieschulen

Die wichtigsten psychotherapieschulenspezifischen Beziehungsmodelle umfassen psychoanalytische, emotional-verstehende, kognitiv-behaviorale und systemische Modelle, welche im Folgenden zusammenfassend dargestellt werden.

Psychoanalytische Modelle

Zu den bekanntesten psychodynamischen Beziehungsmodellen zählen u.a. das Kollisionskonzept von Willi (1975, 2010; vgl. Kapitel 3.2), welches er mit dem koevolutiven Ansatz (2000, 2008a) um eine ressourcenorientierte Perspektive erweiterte, das Modell des zentralen Beziehungskonflikts von Luborsky (1995), die Operationalisierte Psychodynamische Diagnostik (Arbeitskreis OPD, 2009), das Delegationsmodell von Stierlin (1975) sowie die Mehrgenerationen-Perspektive von Sperling und Sperling (1976). Grundsätzlich gehen psychoanalytisch orientierte Partnerschaftsmodelle von der Annahme aus, dass beide Partner unbewusste Konflikte aus der Herkunftsfamilie in der eigenen Partnerbeziehung reinszenieren. Die Partner hoffen, in der Partnerschaft für ihre alten Enttäuschungen entschädigt zu werden und ihre bisher ungestillten Bedürfnisse befriedigen zu können, bzw. von alten Beziehungskonflikten erlöst zu werden. Dabei führt aber gerade die Angst vor erneuter Enttäuschung zur Aktivierung alter Beziehungsmuster, so dass sich daraus genau die Enttäuschungen einstellen, die bewusst vermieden werden wollten (Bauriedl et al., 2002; Massing & Reich, 2000; Willi, 2010). Mit der psychoanalytischen Paartherapie nach dem Mehrgenerationen-Ansatz wird diese Grundannahme erweitert, indem rein psychoanalytische und systemische Konzepte ineinander übergreifen. Paarkonflikte werden nach Massing und Reich (2000) nicht nur auf der horizontalen Ebene im Paarsystem betrachtet, sondern auch auf der vertikalen familien- und sozialhistorischen Ebene. Eine Paarbeziehung ist aus dieser Perspektive nicht nur die Begegnung zweier Individuen, sondern die Begegnung zweier Familiensysteme. Einerseits verstehen die Autoren Paarkonflikte als Wiederholung konflikthafter Muster aus der Eltern-Kind-Beziehung, andererseits als Wiederholung konflikthafter Muster der Ehebeziehung der jeweiligen Eltern beider Partner.

Emotional-verstehende Modelle

Der emotionsfokussierte Ansatz geht auf humanistische und gestalttherapeutische Theorien zurück und integriert kognitiv-behaviorale sowie systemische Grundlagen (Lutz, 2006). Greenberg und Johnson (1988; zit. nach Revenstorf & Freudenfeld, 2000) betrachten Beziehungskrisen als Beeinträchtigung der Bindung und Sicherheit in der Beziehung, wobei Emotionen von defizitären Bindungsmustern der Kindheit reaktiviert werden und zu sekundären Reaktionen wie Abwertung, Verletzung, depressivem oder passiv-aggressivem Rückzug führen. Ziel der Paartherapie ist es, die primären Emotio-

nen von Wut, Trauer und Schmerz zugänglich zu machen und ihre Bedeutung für die Beziehung festzumachen.

Kognitiv-behaviorale Modelle

Nach Lindenmeyer (2000) wurden die ersten verhaltenstherapeutischen Paartherapie-Modelle in den 1970er Jahren entwickelt (Guerny, 1977; Liberman, Wheeler & Sanders, 1976). Im deutschen Sprachraum findet das Paartherapiemanual von Hahlweg, Schindler und Revenstorf (1982) sowie das Freiburger Stresspräventionstraining für Paare von Bodenmann (2000) weite Verbreitung, während Gottman (1993, 1994) aus dem anglo-amerikanischen Kulturraum für seine Untersuchungen der Partnerschaftskommunikation bekannt ist. Nach Lindenmeyer (2000), Lutz und Weinmann-Lutz (2006) sowie Revenstorf und Freudenfeld (2000) konzentriert sich die verhaltenstherapeutische Paartherapie auf das Interaktions- und Kommunikationsverhalten sowie die Problemlösefertigkeiten der Partner, wobei kognitive Techniken, Reziprozitätstraining, Kommunikationstraining, Problemlösetraining und Akzeptanzstrategien wichtige Bausteine der Paartherapie bilden, um das positive Erleben in der Partnerschaft und die gegenseitige positive Zuwendung der Partner zu steigern. Dabei stützten sich die Autoren auf eine Vielzahl von Studien, die ergeben, dass sich unglückliche Paare häufig in fortdauerndes negatives Verhalten und massive Kommunikationsprobleme verstricken.

Systemische Modelle

Grundsätzlich betrachten systemische Modelle nicht nur die Ebene der Individuen, sondern auch deren wechselseitige Beeinflussung in einem bio-psycho-sozialen Zusammenhang (Cierpka, 1988). Nach Revenstorf und Freudenfeld (2000) werden Probleme im mangelhaften Regelwerk des familiären Kontexts definiert. Die Störungen des Systems, bzw. Paarkonflikte sind demnach nicht nur auf die Biografie der einzelnen Partner und die Biografie des Paares zurückzuführen, sondern können in der Beziehungsstruktur des Paares auf dem Hintergrund der Herkunftsfamilie betrachtet werden, was sich in der Mehrgenerationen-Perspektive und in der Genogrammarbeit niederschlägt.

Systemisches Denken beinhaltet eine ganze Reihe an unterschiedlichen Ansätzen (Lutz, 2006; Revenstorf & Freudenfeld, 2000; Steiner et al., 2002). Strukturelle Familientherapie nach Haley (1977), Minuchin (1981) sowie Minuchin, Rosman und Baker (1981) orientiert sich an der Organisation der Familie und deren Interaktion, wobei die Einhaltung von Hierarchieebenen zwischen den Generationen sowie die Festlegung von Grenzen und Autonomie der einzelnen Subsysteme wichtige Bestandteile sind. Strategische Therapiemodelle richten ihr Augenmerk auf jene Interaktionsmuster, die problematisches Verhalten aufrechterhalten, wie beispielsweise komplementäre und symmetrische Interaktion. Vertreter dieses Ansatzes sind Mitglieder der Palo-Alto-Gruppe um Bateson (1958) sowie Haley (1975) und Watzlawick et al. (1968). Das Mailänder Mo-

dell um Selvini-Palazzoli, Boscolo, Cecchin et al. (1981) beschäftigt sich u.a. mit dem zirkulären Fragen, wobei davon ausgegangen wird, dass lebende Systeme durch kreisförmige Prozesse und nicht durch lineare Folgen in Ursache und Wirkung gekennzeichnet sind. Dieser Ansatz wird von der konstruktivistisch-systemischen Richtung erweitert, indem sie den Fokus auf die Autopoiesis, bzw. die Selbstreferenz lebender Systeme legt, mit der Annahme, dass das System mit gezielten Interventionen destabilisiert werden kann, wodurch sich ein neuer Regelkreislauf einpendelt. Auf dem Ansatz der Selbstreferenz lebender Systeme baut auch die lösungsorientierte Kurztherapie nach de Shazer (1989) und Insoo Kim Berg auf. Im deutschsprachigen Raum positioniert sich insbesondere die Heidelberger Gruppe um Stierlin, Ebbecke-Nohlen, Schmidt und Schweizer.

2.3 Grundbedürfnisse

Im Hinblick auf das schematherapeutische Konzept, welches die Nicht-Erfüllung zentraler emotionaler Grundbedürfnisse als eine der Ursachen für die Entwicklung internalisierter Beziehungsmuster betrachtet, werden an dieser Stelle wichtigste Befunde zu emotionalen Grundbedürfnissen der Menschen aufgeführt, weil diese in der vorliegenden Arbeit in Paarbeziehungen untersucht werden.

2.3.1 Einführung und Begriffserklärung

Das Konstrukt der Grundbedürfnisse wurde vielfach erforscht, unter anderem von Hull (1952), Lewin (1926) sowie McClelland, Atkinson, Clark et al. (1953). Berguis (2004) versteht ein Bedürfnis als Ausdruck dessen, was ein Lebewesen zu seiner Erhaltung und Entfaltung notwendig braucht. In der Motivationsforschung werden Bedürfnisse als Antriebe bzw. Motive betrachtet, wobei zwischen Leistungsmotiv, Geselligkeitsmotiv und Machtmotiv unterschieden wird (McClelland et al., 1953). Maslow (1967, 1971) hingegen unterscheidet unter dem Gesichtspunkt der hierarchischen Anordnung der Bedürfnisse, von der Ebene der physiologischen Bedürfnisse über emotionale und soziale Bedürfnisse bis hin zur Selbstverwirklichung, zwei Hauptklassen von Bedürfnissen: Die Mangelmotive und die Wachstumsmotive.

2.3.2 Das Bedürfniskonzept von Grawe

In Anlehnung an Epstein (1993) formuliert Grawe (1998, 2004) vier zentrale emotionale Grundbedürfnisse, die gleichwertig nebeneinander stehen und für eine gesunde Persönlichkeitsentwicklung in ausreichendem Masse und in einer möglichst ausbalancierten Weise befriedigt werden müssen. Gelingt es, die aktivierten Bedürfnisse angemessen zu befriedigen, spricht Grawe im Rahmen seiner Konsistenztheorie von Konsistenz. Besteht eine Nichtübereinstimmung zwischen den aktivierten Bedürfnissen und deren

Befriedigung, entsteht im Sinne Grawes ein Zustand von Inkonsistenz. Dabei geht Grawe davon aus, dass Menschen Konsistenz anstreben und Inkonsistenz vermeiden wollen. Grawes Bedürfniskonzept ist für die vorliegende Arbeit insofern von Bedeutung, als die schematherapeutischen Konzepte im Sinne Roedigers (2009), sowie die Bedürfnisdefinition von Young, Klosko und Weishaar (2008) stark an das Bedürfniskonstrukt von Grawe anlehnen.

Die einzelnen emotionalen Grundbedürfnisse nach Grawe (1998, 2004) können wie folgt zusammengefasst werden:

Das Bindungsbedürfnis beinhaltet nach Grawe ein vertrauensvolles Verbundensein mit einer liebevoll zugewandten Bezugsperson im Sinne von Bowlby (1969, 1975) und Ainsworth (1968). Diese Qualität wird im positiven Fall in der Beziehung zwischen Eltern und Kind erlebt, insbesondere zur Halt und Wärme spendenden Mutter. Später tauchen positive Bindungsgefühle in der Partnerschaft auf.

Das Bedürfnis nach Kontrolle und Orientierung bedeutet im Sinne Grawes (1998, 2004), dass die Umwelt durchschaubar, vorhersehbar und kontrollierbar ist. Dadurch entsteht nach Roediger (2009) ein Gefühl von Sicherheit, das innere Entspannung und Beruhigung ermöglicht und das emotionale Fundament für die Autonomieentwicklung bildet.

Das Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung umfasst nach Grawe (1998, 2004) das Bedürfnis, anerkannt und in seiner Persönlichkeit mit den eigenen Kompetenzen geschätzt zu werden, damit ein positives Selbstgefühl aufgebaut werden kann. Es ist verbunden mit dem Gefühl von Selbstwirksamkeit, Attraktivität, Akzeptanz und Erfolg bei anderen. Roediger (2009) betrachtet auch das Gefühl, innerlich stetig wachsen und reifen zu wollen als Variante dieses Grundbedürfnisses.

Das Bedürfnis nach Lustgewinn und Unlustvermeidung beinhaltet das Bedürfnis, angenehme Zustände anzustreben und unangenehme Situationen zu vermeiden. Dabei spielt die emotionale Bewertung aller Erfahrungen in gut oder schlecht eine zentrale Rolle. Positive Bewertungen aktivieren das Bedürfnis nach Lustgewinn und führen zu Annäherungsverhalten, während negative Bewertungen zu Unlustvermeidung bzw. Vermeidungsverhalten beitragen.

2.3.3 Grundbedürfnisse und Partnerschaft

Aus einer biologischen Perspektive lassen sich nach Shaver et al. (1988; zit. nach Revenstorff & Freudenfeld, 2000) in Paarbeziehungen das Bedürfnis nach Paarung, bzw. Sexualität, das Bedürfnis nach Geborgenheit, bzw. Bindung sowie das Bedürfnis nach Brutfürsorge charakterisieren. Dabei suchen Frauen ihre Partner danach aus, ob sie über Ressourcen für die Sicherung der Familie verfügen, während Männer ihre Partnerinnen nach Gesichtspunkten der Reproduktionsfähigkeit wählen.

Aus psychodynamischer Perspektive fokussiert Willi (2008a) das Bedürfnis nach Selbstentfaltung, indem er davon ausgeht, dass in einer Liebesbeziehung der Mann von der Frau als Mann beantwortet werden und in seinem männlichen Potential anerkannt und herausgefordert werden möchte, während die Frau in ihrer Weiblichkeit begehrt und bestätigt werden möchte. In der Liebesbeziehung hoffen beide Partner, ihr intimstes persönliches Potential entfalten und verwirklichen zu können, wobei beide auf die wohlwollende Beantwortung des Gegenübers angewiesen sind. Darüber hinaus formuliert Willi (2008b) eine Fülle an Bedürfnissen, die zu objektiv glücklichen Lebensumständen beitragen, wie beispielsweise Toleranz, gegenseitiges Verständnis, Geborgenheit, Anerkennung, gute Wohnbedingungen, ausreichendes Einkommen, befriedigende Rollenaufteilung und befriedigende Berufstätigkeit.

Die Literaturrecherche zeigt, dass im Zusammenhang mit Paarbeziehungen das Bindungsbedürfnis als ausgesprochen wichtig für intime Beziehungen betrachtet wird (Bartholomew, 1990; Bierhoff & Grau, 1999; Felser, 2007; Hazan & Shaver, 1987; Neumann & Tress, 2005; Revenstorf & Freudenfeld, 2000; Sydow & Ullmeyer, 2001). Den Untersuchungen von Bierhoff und Rohmann (2005) sowie Kirkpatrick und Davis (1994; zit. nach Braukhaus, Sassmann & Hahlweg, 2000) zufolge, treffen in den meisten Paarbeziehungen 1) zwei sichere Bindungsstile, 2) zwei ängstlich-vermeidende Personen, bei denen beide Partner geprägt sind von der Sehnsucht nach Nähe bei gleichzeitiger Angst davor oder 3) zwei gleichgültig-vermeidende Bindungsstile, wobei beide Partner ein distanziertes Verhältnis zum Gegenüber haben und ihre Eigenständigkeit betonen, aufeinander. Ausnahme der symmetrischen Bindungskonstellationen bildet der in Paarbeziehungen häufig vorkommende ängstlich-ambivalente Bindungsstil mit überstarkem Verlangen nach Nähe bis hin zum Klammern von Frauen, zusammen mit dem gleichgültig-vermeidenden Bindungsstil von Männern. Nach Ansicht der Autoren hat dies insbesondere Einfluss auf die Problembewältigung. Während sicher gebundene Paare konstruktiv mit Konfliktsituationen umgehen, verwenden Paare mit ängstlich-vermeidender und ängstlich-ambivalenter Bindung sowie Paare mit ängstlich-ambivalenter und gleichgültig-vermeidender Bindung eher destruktive Strategien. Grundsätzlich kommt es nach Bierhoff und Grau (1999) sowie Millwood und Waltz (2008) bei sicher gebundenen Paaren seltener zu Konflikten und zu einer höheren Partnerschaftszufriedenheit als bei gleichgültig-vermeidenden mit ängstlich-ambivalenten gebundenen Paaren. Die Autoren erklären dies mit den komplementären Bedürfnissen nach Nähe und Distanz der beiden Partner, die mit dysfunktionalen Bewältigungsstilen kompensiert werden.

2.4 Bewältigung von Partnerschaftskonflikten

Im Hinblick auf das Forschungsinteresse der vorliegenden Arbeit, der Erfassung von Bewältigungsmustern in Paarbeziehungen, werden im Folgenden die wichtigsten bisherigen Befunde zur Bewältigung von Paarkonflikten erläutert.

Bewältigung, bzw. Coping wird von Schmidt und Caspar (2004) als eine Vielzahl von Strategien und Verhaltensweisen bezeichnet, bei der Auseinandersetzung mit Stressoren oder belastenden Situationen. Der Umgang mit Konflikten, bzw. die Bewältigung von Konflikten in Paarbeziehungen wirkt sich nach Reichle und Dette-Hagenmeyer (2008) sowohl auf das Verhalten und Befinden der Partner, als auch auf die Partnerschaftsqualität aus. Erfolgreich gelöste Konflikte können eine Stabilisierung der Partnerschaft und eine erhöhte Partnerschaftsqualität zufolge haben, während aus dauerhaft erfolglosen Konfliktlösungen, bzw. dysfunktionalen Bewältigungsstrategien die Senkung der Partnerschaftsqualität bis hin zur Trennung resultiert (Gottman, 1994; Reichle & Dette-Hagenmeyer, 2008).

Bewältigungsstile in Paarbeziehungen wurden vielfach erforscht und insbesondere durch destruktiv defensive, konfrontative und aggressive Verhaltensweisen auf der einen Seite sowie konstruktiv positive und adaptive Verhaltensweisen auf der anderen Seite charakterisiert (Bierhoff & Rohmann, 2005; Gottman, 2010; Laux & Weber, 1990; zit. nach Reichle & Dette-Hagenmeyer, 2008; Rusbult, Farrell & Morrow, 1986; Schneewind & Grandegger, 2005). Herzberg und Sierau (2010) verfeinern diese Grobcharakterisierung mit der deutschen Version des Conflict Resolution Styles Inventory (CRSI; Kurdek, 1994), dem Konfliktlösungsstil-Inventar für Paare (KSIP), indem sie vier Dimensionen der Konfliktbewältigung in Paarbeziehungen unterscheiden. 1) Die positive Problemlösung, 2) Der kämpferische Konfliktstil, 3) Rückzugsverhalten und 4) Nachgiebigkeit. Gottman hingegen (1993, 1994) differenziert in seiner Untersuchung fünf Typen von Paarbeziehungen bezüglich ihres Konfliktverhaltens. 1) Impulsive Paare, 2) Validierende Paare, 3) Konfliktvermeidende Paare, 4) Feindselige Paare und 5) Feindselig/abgekoppelte Paare, wobei er den ersten drei Typen eine gute Prognose für eine lange Beziehungsdauer zuschreibt, da sie im Sinne der positiven Reziprozität von flexiblem Austausch sowohl positiver als auch negativer Emotionen gekennzeichnet sind. Paaren die sich feindselig begegnen (Typ 4 und 5) weist er eine geringe Prognose bezüglich Beziehungsdauer zu, aufgrund der dysfunktionalen symmetrischen Bewältigungsstrategien im Sinne einer negativen Reziprozitätsspirale (vgl. Kapitel 3.1).

Hinsichtlich Häufigkeitsverteilung von Konfliktlösungsstrategien gehen Reichle und Dette-Hagenmeyer (2008) davon aus, dass Männer eher zu passiv-vermeidenden Bewältigungsstrategien neigen, indem sie Konflikte leugnen, während Frauen aktiv-

vermeidende Strategien verfolgen. Ähnlich bezeichnet Willi (2000) die Forderung der Frau nach mehr emotionaler Nähe und das Bedürfnis des Mannes nach mehr Abstand als häufigste Konfliktstruktur. Dabei entgleist die Interaktion in einen Teufelskreis, wobei sich der Mann umso ausweichender verhält, je mehr die Frau ihn bedrängt und umgekehrt.

2.5 Partnerschaftszufriedenheit

In diesem Kapitel wird das Konstrukt der Partnerschaftsqualität, bzw. Partnerschaftszufriedenheit erläutert, im Hinblick auf die der Arbeit zugrunde liegende Fragestellung, ob zufriedene Paare, bzw. Paare mit einer hohen Partnerschaftsqualität andere Bedürfnis- und Bewältigungskonstellationen aufweisen als unzufriedene Paare, bzw. Paare mit einer eher geringen Partnerschaftsqualität.

2.5.1 Der Begriff der Partnerschaftszufriedenheit

Der Literaturrecherche zufolge ist das Konstrukt der Partnerschaftszufriedenheit vielfach beforscht und unter den Begriffen der Ehe-, Beziehungs- und Partnerschaftsqualität sowie Ehe-, Beziehungs- und Partnerschaftszufriedenheit oder Eheglück abgehandelt.

Nach Hahlweg (1996) sowie Reichle und Dette-Hagenmeyer (2008) gibt es keine einheitliche Definition von Partnerschaftszufriedenheit. Oft wird diese mit Partnerschaftsqualität gleichgesetzt, wobei sie mit einer als glücklich wahrgenommenen Partnerschaft in Verbindung gebracht wird. Die Autoren sind der Auffassung, dass eine subjektive Einschätzung verschiedener partnerschaftsrelevanter Emotionen und Aspekte das Konstrukt der Partnerschaftszufriedenheit, bzw. der Partnerschaftsqualität gut erfasst. Braukhaus et al. (2000) verstehen die Partnerschaftszufriedenheit als allgemeines, subjektives Kriterium für den Erfolg einer Partnerschaft, womit sie unterscheiden zwischen Beziehungsqualität, die durch das Paar selbst definiert wird und Beziehungsstabilität, welche die Autoren durch den Zivilstand definieren. Mit Bezug zum systemischen Denken sprechen Cierpka und Frevert (1994) sowie Kaiser (2000) nicht von Beziehungsqualität oder Partnerschaftszufriedenheit, sondern von der Funktionsweise eines Paarsystems, indem sie anhand eines Prozessmodells Strukturaspekte und familiendynamische Prozesse hervorheben. Nach Kaiser (2000) ist eine Partnerschaft dann funktionstüchtig, wenn sie in der Lage ist, Vorhaben und Anliegen in allen für sie relevanten Bereichen befriedigend zu bewältigen.

Die vorliegende Arbeit stützt sich vorwiegend auf den Zufriedenheitsbegriff nach Hahlweg (1996), welcher einerseits die subjektive Einschätzung des wahrgenommenen Partnerschaftsglücks beinhaltet und sich andererseits durch einzelne, partnerschaftsrelevante Emotionen und Aspekte bestimmt. Dabei werden die verschiedenen Begriffe

äquivalent behandelt und unter dem Begriff der Partnerschaftsqualität, bzw. Partnerschaftszufriedenheit subsumiert.

2.5.2 Aspekte der Partnerschaftszufriedenheit

In der vorliegenden Arbeit werden die partnerschaftsrelevanten Emotionen und Aspekte, wie sie von Hahlweg (1996) definiert wurden, als fundamentale Determinanten der Partnerschaftszufriedenheit betrachtet. Auf der Grundlage vielfältiger wissenschaftlich validierter Instrumente, wie beispielsweise dem Marital Adjustment Test (MAT; Locke & Wallace, 1959), der Dyadic Adjustment Scale (DAS; Spanier, 1976) sowie dem Marital Satisfaction Inventory (MSI; Snyder, 1981) formuliert Hahlweg (1996) das Streitverhalten, Zärtlichkeit und Gemeinsamkeit/Kommunikation als die drei Hauptkomponenten der Partnerschaftsqualität.

Mit *Streitverhalten* meint Hahlweg (1996) Verhaltensweisen, die während eines Konflikts gezeigt werden und nicht zur Konfliktlösung beitragen. Dazu zählt er Verhaltensweisen wie sticheln, anschreien, beschimpfen, Fehler aus der Vergangenheit vorwerfen, Verdrehen von Aussagen des Partners ins Gegenteil, abfällige Äußerungen über die Meinung des Partners sowie Schuldzuweisungen.

Unter *Zärtlichkeit* subsumiert er alle Aktivitäten, die den direkten Körperkontakt der Partner zum Gegenstand haben, wie streicheln, einander in den Arm nehmen, kitzeln oder positive Reaktion auf sexuelle Annäherung. Neben dem physischen Ausdruck von Zärtlichkeiten beschreibt er auch verbale Äußerungen, in denen Partner ihre positiven Gefühle zueinander ausdrücken, wie Komplimente, das Ansprechen sexueller Wünsche oder das Ausdrücken der Attraktivität des Partners.

Gemeinsamkeit und Kommunikation umfasst nach Hahlweg (1996) Aktivitäten, die von beiden Partnern gemeinsam ausgeführt werden und die Verbundenheit mit dem Partner kennzeichnen. Als Beispiele dafür nennt er das Schmieden von Zukunftsplänen, gemeinsames Bestimmen über die Ausgabe des Einkommens, gemeinsame Aktivitäten, das Besprechen von Dingen aus dem Berufsleben und Alltag oder sich nach Verletzungen beim Partner entschuldigen.

Weitere Untersuchungen befassen sich mit dem Zusammenhang von Partnerschaftszufriedenheit und soziodemographischen Merkmalen, Stress, Konfliktverhalten, Genderfaktoren, Persönlichkeitsfaktoren, Bindungsstil, Attributionsstil, Empathie und Perspektivenübernahme (Felsner, 2007; Orathinkal & Vansteenwegen, 2007). Weiter wird die Partnerschaftszufriedenheit unter dem Einfluss von kritischen Lebensereignissen (Felsner, 2007; Orathinkal & Vansteenwegen, 2007), von Veränderung durch die Geburt von Kindern, die Beziehung zu Grosseltern oder den Auszug der Kinder aus dem Elternhaus untersucht (Frevert, Cierpka & Joraschky, 2008). Andere Autoren befassen sich mit den Determinanten Aufgabenerfüllung, Rollenverhalten, Kommunikation, Emotionalität,

affektive Beziehungsaufnahme, Kontrolle, Werte und Normen (Cierpka & Frevert, 1994), Gemeinsamkeit und Übereinstimmung, Nähe und Intimität, Zärtlichkeit und Sexualität sowie Individualität und Unabhängigkeit (Hassebrauck & Fehr, 2002; zit. nach Felser, 2007). Insgesamt zeigt die Literaturrecherche, dass die Kommunikations- und Konfliktlösungsfertigkeiten eines Paares eine der wichtigsten Determinanten der Partnerschaftszufriedenheit darstellen (Arranz Becker, Rüssmann & Hill, 2005; Bodenmann & Widmer, 2006; Braukhaus et al., 2000; Cierpka & Frevert, 1994; Gottman, 1994; Hahlweg, 1991; Hahlweg, 1996; Kaiser, 2000; Schild, 1990). Aus den Ergebnissen lässt sich schliessen, dass die Qualität der Kommunikation zwischen dem Paar wesentlich zur Partnerschaftsqualität beiträgt. Während qualitativ gute, positive Kommunikation zwischen den Paaren, mit positiver emotionaler Zuwendung, Selbstöffnung, Austausch von Zärtlichkeit, aktivem Zuhören, Respekt, nicht sarkastischem Humor und Vertrauen, die Beziehungsqualität fördert, verringern dysfunktionale Interaktionen in Form von pauschaler Kritik, Abwertung des Partners und Rückzug die Partnerschafts-stabilität erheblich.

2.5.3 Partnerschaftszufriedenheit und Bedürfnisse

Ausgehend von der negativen Reziprozität in Paarbeziehungen bestätigen Kirby, Baucom und Peterman (2005) in ihrer Untersuchung den Zusammenhang zwischen Nicht-Befriedigung von Bedürfnissen und geringer Partnerschaftszufriedenheit. Demnach geht die Bedürfnisbefriedigung mit einer hohen Partnerschaftszufriedenheit einher. Ähnliche Ergebnisse formulieren Brandtstädter und Felser (2003; zit. nach Felser, 2007), indem sie davon ausgehen, dass sich hoch flexible Partner und Partnerinnen bezüglich akkommodativer Bewältigungsdisposition besser auf die gegenseitigen Ziele und Bedürfnisse einstellen können und dadurch glücklicher in Paarbeziehungen sind als wenig flexible Personen. Winch (1958; zit. nach Felser, 2007) postuliert, dass bei einer symmetrischen Bedürfnisstruktur mit der Befriedigung eigener Bedürfnisse zugleich die des Partners befriedigt werden, was zu einer hohen Beziehungsqualität führt. Allerdings argumentiert Stroebe (1977; zit. nach Felser, 2007), dass die Partnerschaftszufriedenheit nicht nur von symmetrischen Bedürfnisstrukturen abhängt, sondern auch von komplementären Bedürfnisstrukturen erfüllt wird.

Zusammenfassung der theoretischen Grundlagen zu Befunden und Modellen der Paarbeziehung

Zusammenfassend ist festzuhalten, dass insbesondere psychoanalytische und emotional-verstehende Partnerschaftsmodelle mit der Grundannahme der Aktivierung internalisierter Beziehungsmuster in Paarbeziehungen aufgrund ungestillter Bedürfnisse und daraus resultierenden maladaptiven Bewältigungsstrategien für die Fragestellung zu schematherapeutischen Beziehungsmustern relevant sind. Dies, weil die Schematherapie auf

dem gleichen Verständnis von Beziehungsproblematiken aufbaut. Kognitive und systemische Modelle sind vor allem für die Fragestellung der Bewältigungskonstellationen in Paarbeziehungen bedeutend, da sie aufrechterhaltende Momente in der Konfliktbewältigung und damit positive und negative Reziprozitätsspiralen in Paarbeziehungen fokussieren. Verhaltenstherapeutische Konzepte richten die Aufmerksamkeit dabei speziell auf positive und negative Kommunikationsprozesse, während systemische Ansätze der Palo-Alto-Gruppe um Bateson (1958), Haley (1975) und Watzlawick et al. (1968) Interaktionsmuster in komplementäre und symmetrische Dynamiken unterteilen.

Für das Forschungsinteresse nach den Bedürfniskonstellationen in Paarbeziehungen spielt hauptsächlich das Bedürfniskonstrukt von Grawe (1998, 2004) mit den vier zentralen emotionalen Grundbedürfnissen, dem Bindungsbedürfnis, dem Kontrollbedürfnis, dem Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung sowie dem Bedürfnis nach Lustgewinn und Unlustvermeidung, eine grosse Rolle, da das schematherapeutische Bedürfniskonzept auf diesem Konstrukt aufbaut. Für Paarbeziehungen betont Willi (2008a) die Tatsache, dass beide Partner in Liebesbeziehungen auf die Befriedigung ihrer intimsten Wünsche, insbesondere die Erfüllung des Bedürfnisses nach Selbstentfaltung hoffen und dabei auf eine positive Reaktion im Sinne der Bedürfnisbefriedigung des Gegenübers angewiesen sind. Weiter ist für die Fragestellung nach den Bedürfniskonstellationen die Betonung der Bedeutsamkeit des Bindungsbedürfnisses in Paarbeziehungen relevant. Befunde von Bierhoff und Rohmann (2005) bestätigen die Häufung symmetrischer Bindungskonstellationen in Paarbeziehungen sowie das gehäufte Vorkommen der komplementären Bindungskonstellation zwischen ängstlich-ambivalenter Frau und entsprechender Suche nach Nähe mit einem gleichgültig-vermeidenden Mann und entsprechender Rückzugstendenz. Diese Befunde werden von Willi (2000) bekräftigt, indem er die Forderung der Frau nach Nähe und das Bedürfnis des Mannes nach mehr Abstand als häufigste Konfliktstruktur in Paarbeziehungen betrachtet. Allerdings sind die Autoren der Auffassung, dass demgegenüber sicher gebundene Paare konstruktiv mit Konflikten umgehen können, was zu einer höheren Partnerschaftszufriedenheit führt.

Für den Interessensschwerpunkt der Bewältigungskonstellationen in Paarbeziehungen, bietet die Bewältigungstypologie nach Gottman (1993, 1994) relevante Anhaltspunkte. Er geht davon aus, dass Bewältigungskonstellationen, die im Sinne positiver Reziprozität durch einen flexiblen Austausch von positiven und negativen Emotionen und echter Zuwendung gekennzeichnet sind, eine gute Prognose für eine lange Beziehung haben, während Bewältigungskonstellationen mit gegenseitigen Vorwürfen, Ablehnung und Feindseligkeit in eine negative Reziprozitätsspirale münden.

Zusammenfassend zeigen die Befunde zur Partnerschaftszufriedenheit, bzw. Partnerschaftsqualität, dass eine erfolgreiche Konfliktbewältigung die Partnerschaftsqualität erhöht, während dysfunktionale Bewältigungsstrategien die Partnerschaftszufriedenheit senken. Ähnliche Ergebnisse zeigen sich bei der Erfüllung von Bedürfnissen, insofern

die Befriedigung der Grundbedürfnisse mit einer hohen Partnerschaftszufriedenheit einhergeht und die Nicht-Befriedigung der Bedürfnisse eher zu einer geringen Partnerschaftsqualität führt. Im Sinne Brandtstädters und Felsers (2003) erhöhen akkomodative Bewältigungsstrategien, also flexible Bewältigungsreaktionen, die Möglichkeit, dass in Partnerschaften Bedürfnisse erfüllt werden, was wiederum die Partnerschaftszufriedenheit erhöht. Die Befunde zeigen weiter, dass sowohl komplementäre als auch symmetrische Bedürfnisstrukturen die gegenseitige Bedürfnisbefriedigung in Paarbeziehungen und somit eine hohe Partnerschaftsqualität ermöglichen. Diese Befunde sind insofern für die vorliegende Arbeit relevant, als Bedürfnis- und Bewältigungskonstellationen von zufriedenen und weniger zufriedenen Paaren betrachtet werden.

Da in der vorliegenden Arbeit mit der Schematherapie Konzepte vorliegen, die vorwiegend beziehungs-dynamische Aspekte von Problemen in den Fokus stellen, werden im folgenden Kapitel zwei etablierte Modelle näher erläutert, welche die Beziehungsdynamik in Paarbeziehungen beschreiben. Die Modelle sind für die vorliegende Arbeit insofern wichtig, als sie Anhaltspunkte für die Prozessdynamik zwischen zwei Individuen in einer partnerschaftlichen Dyade bieten und damit der Einbettung der in der vorliegenden Arbeit gefundenen Ergebnisse schematherapeutischer Beziehungsmuster in einen grösseren Kontext dienen. Ferner begünstigen sie insbesondere das Verständnis der Konfliktdynamik und Bewältigungsmuster in Paarbeziehungen.

3 Beziehungsdynamik in Paarbeziehungen

Die folgenden Ausführungen konzentrieren sich auf zwei beziehungs-dynamische Modelle, um zwei unterschiedliche Aspekte der Beziehungsdynamik hervorzuheben. Es handelt sich um die symmetrische und komplementäre Interaktion sowie das Kollisionsmodell von Willi (1975, 2010). Das Konzept von Symmetrie und Komplementarität beleuchtet das Thema aus einer systemisch-konstruktivistischen, bzw. kommunikationstheoretischen Perspektive, während das Kollisionsmodell die Beziehungsdynamik in Paarbeziehungen aus psychodynamischer Sicht beschreibt.

3.1 Symmetrische und Komplementäre Interaktion

Die Unterteilung zwischenmenschlicher Beziehungen in symmetrische und komplementäre Interaktionsprozesse geht im Rahmen des systemischen Denkens auf Bateson (1958) und Haley (1975) zurück, während sie heute unter kommunikationstheoretischem Gesichtspunkt von Schulz von Thun (2007a, 2007b) sowie Watzlawick, Beavin und Jackson (2007) diskutiert wird. Dabei beziehen sich die Begriffe Symmetrie und Komplementarität auf zwei grundlegende Dimensionen, in die sich alle interpersonalen

Beziehungen einteilen lassen. Basierend auf dem konstruktivistisch-systemischen Denken betrachten Schulz von Thun (2007a, 2007b) sowie Watzlawick et al. (2007) Kommunikation als Ausdruck zwischenmenschlicher Beziehungen, indem sie einerseits Inhalts- und Beziehungsebene der Kommunikation unterscheiden, sowie Kommunikation mit Verhalten gleichsetzen. Dabei verstehen die Autoren Beziehungen zwischen Organismen als kreisförmigen Prozess, in dem sich die Kommunikationspartner wechselseitig bedingen, was Watzlawick et al. (2007) mit Interpunktion der Kommunikationsabläufe bezeichnen. Ein Beispiel dafür formuliert Willi (2000) mit dem Paar, bei dem die Frau umso mehr nörgelt, je mehr sich der Mann distanziert und umgekehrt.

Symmetrische Beziehungsformen zeichnen sich nach Hehl (2002) und Watzlawick et al. (2007) durch spiegelbildliche Interaktionen zwischen den Partnern, bzw. durch das Streben nach Gleichheit aus. Dem gegenüber ergänzt bei komplementären Beziehungsformen das Verhalten des einen Partners dasjenige des anderen, wobei die Interaktion auf Gegensätzlichkeit basiert. Symmetrische und komplementäre Beziehungen müssen nach Watzlawick et al. (2007, S. 104-106) nicht per se negativ sein, sondern können sich auch im positiven Sinne stabilisieren, wenn beide Partner in der Lage sind, das Gegenüber in seinem „Sosein zu akzeptieren und wertzuschätzen“. Dabei trägt der flexible Wechsel zwischen symmetrischer und komplementärer Interaktion zum „homöostatischen Gleichgewicht“ bei. Daraus kann geschlossen werden, dass sich gesunde Beziehungen durch ein fließendes Equilibrium zwischen komplementärer und symmetrischer Beziehungsaufnahme im Sinne positiver Reziprozität kennzeichnen. Allerdings scheint dies nicht einfach umsetzbar zu sein, so dass es in den meisten Beziehungen zu Konflikten und Eskalationen kommt.

Symmetrische Eskalationen zeichnen sich nach Watzlawick et al. (2007, S. 104-106) durch offenen Kampf aus, in dem jeder Partner „die Selbstdefinition seines Gegenübers verwirft“ und sich beide Partner mit den gleichen Mitteln und Strategien behaupten. Sie münden meist in emotionaler und körperlicher Erschöpfung.

Die komplementäre Eskalation führt gemäss Watzlawick et al. (2007, S. 104-106) meist zur „Entwertung und Verleumdung der Selbstdefinition des Gegenübers“, weshalb sie in der Psychoanalyse auch als sadomasochistische Beziehung bezeichnet wird. Frustration und Verzweiflung beider Partner sowie die Verzahnung in einer nicht ent-rinnbaren „folie à deux“ sind meist die Folge von komplementärer Eskalation.

Eine der häufigsten komplementären Beziehungsformen basiert auf dem unterschiedlichen Verhältnis von Dominanz und Submissivität (Dryer & Horowitz, 1997; Millwood & Waltz, 2008; Willi, 2010). Bierhoff und Rohmann (2005) verstehen unter Dominanz die Präferenz einer Person, in Beziehungen die Führungsrolle zu übernehmen, über andere zu bestimmen und Entscheidungen zu treffen. Die Submissivität bezeichnen sie als

Nachgiebigkeit, wobei sich die Person unterordnet und Anweisungen befolgt. Im Sinne einer komplementären Beziehung passt demnach beispielsweise eine Frau mit dominantem Verhalten gut zu einem Mann, der sich durch Nachgiebigkeit auszeichnet.

3.2 Das Kollusionsmodell

Das Kollusionsmodell von Willi (1975, 2010) ist eines der bedeutendsten Modelle im Partnerschaftsdiskurs, da es psychodynamische Prozesse in einer Paarbeziehung beschreibt. Grundlage für Willis Kollusionskonzept bilden psychoanalytische Theorien, die davon ausgehen, dass neurotische Beziehungsstörungen durch unverarbeitete Beziehungserfahrungen in der Kindheit, aber auch durch Verletzungen in der vorangegangenen erwachsenen Paarbeziehung verursacht werden, wobei internalisierte Beziehungsmuster immer wieder reaktiviert werden und die Rolle der Mutter oder des Vaters auf aktuelle Beziehungspartner übertragen wird (Willi, 2010). Dabei betrachtet Willi die Paarbeziehung als in sich geschlossenes System mit kreisförmigem Regelwerk, bei dem sich im Sinne des konstruktivistisch-systemischen Ansatzes beide Beziehungspartner gegenseitig bedingen und beeinflussen.

Nach Willi (2010) bieten intime Beziehungen aufgrund internalisierter, frühkindlicher Beziehungsmodelle eine Vielzahl an progressiven und regressiven Verhaltensmöglichkeiten an. Somit ist seiner Auffassung nach jede Beziehung in diese zwei Dimensionen zu unterteilen, wobei er progressive und regressive Positionen als neurotisches Abwehrverhalten versteht. Regression betrachtet Willi als ein Zurückfallen auf kindliche Verhaltensweisen mit Abhängigkeitstendenz und Hilfsbedürftigkeit, während er Progression als Versuch definiert, eigene Schwäche mit überkompensierender Erwachsenenheitsfassade in Form von Überlegenheitsansprüchen, Gefühlskontrolle und Verkörperung von Ich-Stärke zu überspielen. Willi geht davon aus, dass in einer gesunden Paarbeziehung beide Partner flexibel zwischen beiden Strategien wechseln können, indem mal der eine Partner geschwächt ist und Zuspruch und Unterstützung vom Anderen benötigt und umgekehrt. In problematischen Paarbeziehungen verharren der eine Partner in der überkompensierenden Progression und der andere in seinem Bedürfnis nach regressiver Befriedigung, im Sinne einer komplementären Beziehungsstruktur. Durch die Fixierung in ihrem Verhalten verstärken sich die beiden Partner wechselseitig, weil sie sich in den entsprechenden Positionen benötigen. Diese neurotische Verstrickung bezeichnet Willi (2010) als Kollusion.

Unter Kollusion versteht Willi (2010, S. 59-60) ein unbewusstes „Zusammenspiel zweier Partner aufgrund eines gleichartigen, unbewältigten Grundkonfliktes“. Dabei wird der „gemeinsame, unbewältigte Grundkonflikt in unterschiedlichen, sich polarisieren-

den Rollen ausgetragen“. Diese Verbindung begünstigt nach Willi beim einen Partner „progressive, beim anderen Partner regressive Selbstheilungsversuche“, was zu einer „dyadischen Verstrickung“ führt. Willi ist der Auffassung, dass zu Beginn der Beziehung das gegenteilige Verhalten um den gleichen Konflikt anziehend wirkt, wobei beide Partner unbewusst hoffen, durch das Gegenüber vom eigenen „Grundkonflikt erlöst zu werden“. Beide Partner glauben in der „Abwehr ihrer Ängste durch das Gegenüber gesichert zu sein“ und bisher ungestillte Bedürfnisse befriedigen zu können. Nach Willi wird allerdings jeder Partner im Verlauf der Beziehung auf sich selbst zurückgeworfen, so dass verdrängte Anteile wieder aktiviert werden und die anfängliche Stabilisierung gefährden. So erträgt es gemäss Willi (2010, S. 170) der progressive „Partner auf die Dauer nicht, die regressiven Bedürfnisse des Partners“ zu befriedigen, die er sich selber versagt. Der regressive Partner hingegen duldet es nicht, vom progressiven Partner in seinem Selbstwert untergraben und in seiner Selbstbehauptung verhindert zu werden. Somit verstricken sich nach Willi (2010) die Paare immer mehr, indem sie sich gegenseitig Vorwürfe machen, bis hin zur Eskalation, statt sich selber um die Erfüllung der eigenen Bedürfnisse zu bemühen.

Willi (2010) unterscheidet vier Kollusionsmuster, die er von der psychoanalytischen Entwicklungspsychologie ableitet. Die *narzisstische Kollusion* beinhaltet gemäss seiner Auffassung den Wunsch nach Nähe und symbiotischer Verschmelzung bei gleichzeitiger Angst davor, sowie das Bedürfnis bewundert zu werden und zu bewundern. Die *orale Kollusion* hingegen wird von ihm durch das Thema der gegenseitigen Umsorgung charakterisiert, während das *anal-sadistische Beziehungsthema* die Frage beinhaltet, inwieweit in der Liebesbeziehung Autonomie und Passivität gelebt werden kann, ohne dass die Autonomie des einen Partners aufgrund grosser Trennungsangst des anderen Partners mit dem Zerfall der Beziehung gleichgesetzt wird. Die *phallisch-ödipale Kollusion* bezieht Willi auf die männliche Stärke und die weibliche Schwäche, wobei sich die Frau durch den Mann in ihrer Weiblichkeit und der Mann durch die Frau in seiner Männlichkeit bestätigt, bzw. in der kollusiven Verstrickung abgewertet fühlt.

Neben diesen Formen komplementärer Kollusion beschreibt Willi (2010) auch die symmetrische Kollusion, welche allerdings seiner Auffassung nach weniger häufig vorkommt und sich vor allem in ehelichen Machtkämpfen äussert. Die Interaktion ist gemäss Willi durch gegenseitiges Vorwerfen von Schwäche und Versagen gekennzeichnet, wobei Eingeständnisse als Schwäche interpretiert werden.

Zusammenfassung der theoretischen Grundlagen zu beziehungs-dynamischen Partnerschaftsmodellen

Die beschriebenen Modelle der symmetrischen und komplementären Interaktion sowie Willis Kollusionskonzept weisen eine grosse Relevanz für das Verständnis von Bewäl-

tigungsmustern in Paarbeziehungen auf. Die Konzepte sind elementar für das Verständnis der Beziehungs- und Konfliktdynamik in Paarbeziehungen und somit auch bedeutend für die der vorliegenden Arbeit zugrunde liegende Fragestellung nach den schematherapeutischen Bewältigungskonstellationen.

Verschiedene Untersuchungen (Dryer & Horowitz, 1997; Millwood & Waltz, 2008; Willi, 2010) zeigen, dass die häufigsten Beziehungsformen auf dem Zusammentreffen von Dominanz und Submissivität basieren, womit sich komplementäre Interaktionszirkel mit gegensätzlichen Verhaltensweisen ergeben. Willi bezeichnet Dominanz und Submissivität als progressives und regressives Abwehrverhalten, bei dem ein Partner Hilfsbedürftigkeit und Abhängigkeit, der andere Partner Überlegenheitsansprüche und eine überkompensierende Fassade demonstriert. Im Kollusionsmodell geht er davon aus, dass sich in Paarbeziehungen jeweils Partner mit dem gleichartigen, unbewältigten Grundkonflikt treffen, den sie in komplementären Rollen bewältigen, womit sich die Paare dyadisch verstricken. In der Verstrickung wünschen sich die Partner die Erfüllung der eigenen Bedürfnisse durch das Gegenüber, statt Selbstverantwortung und Selbstfürsorge zu übernehmen und selbst um die Bedürfnisbefriedigung besorgt zu sein. Das Kollusionsmodell ist für die vorliegende Arbeit insofern bedeutend, als es mögliche Interpretationsansätze für die gefundenen schematherapeutischen Phänomene bietet, wobei Schema- und Bedürfniskonstellationen als Grundkonflikt und die regressive und progressive Abwehr als Bewältigungsversuche verstanden werden könnten.

Neben der komplementären Beziehungskonstellation zeigen sich gemäss Watzlawick et al. (2007) und Willi (2010) auch symmetrische Interaktionen, wobei nach Willi in Paarbeziehungen vorwiegend beidseitige Dominanzansprüche mit Machtkämpfen auftreten.

Watzlawick et al. (2007) sind der Auffassung, dass komplementäre und symmetrische Interaktionen nicht zwingend negativ sind, sondern flexibel eingesetzt zu einem homöostatischen Gleichgewicht beitragen können. Auch Willi (2010) geht davon aus, dass gesunde Paare flexibel zwischen Progression und Regression im Sinne einer positiven Reziprozität wechseln können. Diese Befunde sind für die vorliegende Arbeit von grosser Bedeutung, da es sich um eine nicht klinische Stichprobe handelt.

Nachdem nun theoretische Ansätze etablierter Partnerschaftsmodelle im Hinblick auf das der Arbeit zugrunde liegende Forschungsinteresse dargestellt wurden, folgt in einem weiteren Kapitel eine Beschreibung der Schematherapie als eigenständige Therapieform sowie die Erläuterung der Schema-, Bedürfnis- und Bewältigungskonzeption wie sie von Young und Mitarbeitenden (2008) definiert wird.

4 Schematherapie

In diesem Kapitel wird die Schematherapie von Young und Mitarbeitenden dargestellt. Im Hinblick auf das Forschungsinteresse nach den Schema-, Bedürfnis- und Bewältigungsmustern in Paarbeziehungen liegt dabei der Fokus auf der Präsentation des Schemamodells mit den 18 Schemata und dem zugrunde liegenden Bedürfniskonzept sowie auf der Darstellung des Modells der Schemabewältigung. Weitere Elemente der Schematherapie, wie spezifische Behandlungskonzepte oder die schematherapeutische Fallkonzeption werden aus Komplexitätsgründen nicht berücksichtigt. Ferner folgt eine Darstellung erster theoretischer und praktischer Erkenntnisse zur Schematherapie mit Paaren, wobei auch hier ein besonderes Augenmerk auf die Paardynamik und die darin enthaltenen Bewältigungszirkel gelegt wird. Zum Schluss des Kapitels folgt ein kurzer Überblick bisher getätigter Forschungen innerhalb der Schematherapie.

4.1 Was ist Schematherapie?

Die Schematherapie ist eine von Young und Kollegen (1990, 1999) entwickelte Psychotherapie, welche die traditionellen Behandlungsformen und Konzepte der kognitiven Verhaltenstherapie erweitert, indem sie Elemente verschiedener etablierter Psychotherapieverfahren zu einem vielschichtigen Gesamtkonzept verbindet (Young et al., 2008). Die Schematherapie wurde ursprünglich aus der Motivation entwickelt, neue Konzepte zur Behandlung von Patientinnen und Patienten mit schweren chronischen Persönlichkeitsstörungen, insbesondere der Borderline-Persönlichkeitsstörung zu generieren, da sich für Young die Arbeit mit bisherigen kognitiv-behavioralen Modellen als unzulänglich erwies. Vor dem Hintergrund, dass Young et al. (2008) frühe Beziehungserfahrungen in das Verständnis der Entwicklung von psychischen Störungen einbeziehen, liegt das Augenmerk der Schematherapie auf den zwischenmenschlichen Beziehungen der Patientinnen und Patienten. Dabei fokussiert das Therapiekonzept die Arbeit an früh erworbenen, maladaptiven Schemata, welche sich nach Auffassung von Young et al. (2008) aus dem Zusammenspiel von frühen, aversiven Beziehungserfahrungen, Nicht-Erfüllung von zentralen emotionalen Grundbedürfnissen durch primäre Bezugspersonen und prädispositionelle Temperamenteigenschaften des Kindes entwickeln und bis ins Erwachsenenalter bestehen bleiben. Weiter liegt der Fokus auf maladaptiven Bewältigungsstrategien, welche sich in der Kindheit zunächst als adaptiv erwiesen, im Erwachsenenalter aber zunehmend dysfunktional werden. Young et al. (2008) sind der Auffassung, dass nicht nur Personen mit Persönlichkeitsstörungen, sondern auch klinisch unauffällige Personen aufgrund von Kindheitserfahrungen Schemata und maladaptive Bewältigungsstrategien entwickeln können. In der Therapie selbst geht es darum, die Schemata und Bewältigungsstile zu identifizieren, die dahinter liegenden Emotionen und Grundbedürfnisse zu erkennen und die alten Schemata mittels empathischer Unter-

stützung und begrenzter nachträglicher elterlicher Fürsorge durch die Therapeutin/den Therapeuten aufzubrechen und mit den im Erwachsenenalter verfügbaren weiterentwickelten Ressourcen zu modifizieren (Roediger, 2009; Young et al., 2008).

In der vorliegenden Arbeit wird die Auffassung Youngs et al. (2008) geteilt, dass alle Menschen, auch klinisch unauffällige Personen, positive und aversive Beziehungserfahrungen in der Ursprungsfamilie machen und daraus bestimmte Schemata entwickeln, die ihre sozialen Interaktionen, insbesondere die Liebesbeziehungen, bis ins Erwachsenenalter prägen.

4.2 Wurzeln der Schematherapie

Auf der Grundlage des kognitiv-behavioralen Ansatzes integriert das schematherapeutische Modell Aspekte der Gestalttherapie, der psychodynamischen Therapieschulen und der Bindungstheorie, wobei in der Behandlung erlebnisaktivierende Elemente, emotionsfokussierende, kognitive und verhaltensorientierte Techniken eingesetzt werden (Roediger, 2009; Young et al., 2008). Im erweiterten Sinne kann das schematherapeutische Modell auch als ein an die Systemtheorie angelehntes Therapiekonzept betrachtet werden, da der Fokus der Behandlung auf Beziehungsproblemen und Beziehungsdynamiken der Patientinnen/Patienten und ihren Bezugspersonen liegt. Insofern kann die Schematherapie als eine integrative Kompaktform verschiedener bewährter Psychotherapiemethoden betrachtet werden.

Im Folgenden wird eine zusammenfassende Aufstellung der wichtigsten Wurzeln der Schematherapie aufgeführt.

4.2.1 Kognitive Verhaltenstherapie

Schematherapie und kognitive Verhaltenstherapie bemühen sich beide um die Umstrukturierung kognitiver Verzerrungen und um Verhaltensänderungen maladaptiver Verhaltensweisen (Young et al., 2008). Dabei setzen beide ähnliche Techniken ein, wie beispielsweise Psychoedukation, das Erarbeiten eines Problemverständnisses, Entstehungs- und Erhaltungsmodelle sowie Realitätsüberprüfungen, Aufgabenstellungen zwischen den Sitzungen, Merktzettel und Rollenspiele. Im Unterschied zur kognitiven Verhaltenstherapie fährt die Schematherapie nach Young et al. (2008, S. 87) eine „bottom up Strategie“, indem sie bei den Schemata ansetzt und diese allmählich mit den zugehörigen Kognitionen verbindet, wobei dem emotionalen Gehalt viel Raum gelassen wird.

4.2.2 Erlebnisfokussierte Modelle

Einen wichtigen Bestandteil der Schematherapie bilden Ansätze der emotionsfokussierten Therapie nach Greenberg und Kollegen (Greenberg & Paivio, 1997; Greenberg,

Rice & Elliot, 1993, 2003). Dabei liegt die besondere Aufmerksamkeit auf der Verbalisierung und Integration von primären Emotionen, Kognitionen, Motivation und Verhalten. Daneben orientiert sich die Schematherapie in den Behandlungskonzepten an der Gestalttherapie (Bongers, Schulthess, Strümpfel & Leuenberger, 2005), wobei in den Sitzungen analog zur Gestalttherapie an jenen Themen bzw. Schemata und Modi gearbeitet wird, die aktuell in der Sitzung aktiviert sind. In Bezug auf die Therapiemethoden fließen in der Schematherapie vielerlei Gestalttechniken ein, wie beispielsweise die Stühlearbeit, Imaginationenübungen und das Reparenting, das in der Gestalttherapie als „Nachnähren“ bezeichnet wird (Bongers et al., 2005).

4.2.3 Psychodynamische Konzepte

Gemeinsamkeiten zwischen dem schematherapeutischen Ansatz und psychodynamischen Modellen bestehen nach Young et al. (2008) in der Erforschung der Ursprünge aktueller Beziehungsprobleme in der Kindheit, in der Fokussierung der therapeutischen Beziehung im Hinblick auf das Anstreben einer echten, empathischen Beziehung im Sinne Kohuts (1984, 1987) sowie in der Notwendigkeit der kognitiven Problemeinsicht, bzw. Problembewusstwerdung. Weiter legen beide Therapiemodelle Gewicht auf die Bedeutung der Persönlichkeitsstruktur für das Behandlungskonzept. In Bezug auf die Beziehungsdynamik in Paarbeziehungen lehnt sich das schematherapeutische Modell stark an das psychodynamische Konzept der kollusiven Beziehungsgestaltung nach Willi (1975, 2010) an.

4.2.4 Bindungstheorie

Roediger (2009) und Young et al. (2008) betrachten die Erkenntnisse der Bindungstheorie als wesentliche Grundlage für die Entstehung der Schemata und Bewältigungsreaktionen. Dabei stellen die Autoren Zusammenhänge zwischen den frühen Bindungserfahrungen und der Entwicklung von frühen maladaptiven Schemata und deren Bewältigungsreaktionen her. Die Grundannahme dabei ist, dass sicher gebundene Menschen zwischen Nähe und Distanz wechseln können und eine sichere Basis haben, von der aus sie die Welt erforschen und sich frei in Richtung „Komplexitätssteigerung“ entwickeln können. Im Gegensatz dazu neigen nach Roediger (2009; 2010) Kinder von emotional distanzierten Eltern zu einem unsicher-vermeidenden Bindungsstil und entwickeln gefühlsabspaltende und überkompensierende Bewältigungsstrategien. Kinder mit einem unsicher-ambivalenten Bindungsstil neigen als Erwachsene zu einem anklammernd-abhängigen Verhalten und zu unterordnend-konfliktvermeidenden Bewältigungsstrategien. Ferner ist Roediger (2009) der Auffassung, dass Personen mit desorganisiertem Bindungsverhalten gefühlsvermeidende Bewältigungsstrategien bis hin zur Dissoziation entwickeln, da es ihnen schwer fällt, mit Gefühlsambivalenzen umzugehen.

4.3 Der Schemabegriff

In Anlehnung an die Schemadefinitionen von Beck (1967) und Piaget (1976), bezeichnen Young und Kollegen Schemata als frühe maladaptive Schemata, sogenannte „Early Maladaptive Schemas“ (Young 1990, 1999) oder auch „Lebensfallen“ (Young & Klosko, 2008). Frühe maladaptive Schemata sind nach Young et al. (2008) schädigende emotionale und kognitive Muster, die früh in der Entwicklungszeit entstehen und das ganze Leben erhalten bleiben.

Aus einer neurobiologischen Perspektive lehnt sich Roediger (2009, S. 5) bei der Schemadefinition weitgehend an Grawe (1998, 2004) an. Dabei versteht er den Schemabegriff als „Organisationsprinzip des psychischen Prozesses“, wobei das subjektive und objektive Erleben mit der „synchronen Aktivierung eines spezifischen Neuronenverbandes korrespondiert“. Ein solcher Erlebenszustand mit seinen „kognitiven, emotionalen, vegetativen und handlungsimpulsierenden Komponenten ist der Ausdruck der Aktivierung eines oder mehrerer Schemata“, welcher sich in einem neuronalen Erregungsmuster niederschlägt. Das aktivierte Schema bzw. das neuronale Erregungsmuster ist gemäss Roediger (2009) allerdings nicht sichtbar, sondern nur die von ihm ausgelösten Handlungen. In diesem Sinne ist das Verhalten eines Menschen nicht Bestandteil des Schemas selbst, sondern die dysfunktionale Verhaltensweise entwickelt sich als Reaktion auf ein Schema, was Young et al. (2008) als „schema driven“ bezeichnen. Nicht aktivierte Schemata stehen nach Roediger (2009) als neuronale Erregungsbereitschaft im Hintergrund, solange kein auslösendes Moment zur Aktivierung auftaucht.

Young et al. (2008, S. 36) schreiben einem Schema verschiedene Charakteristika zu. Sie sehen ein Schema als „weitgestecktes, umfassendes Muster“ an, das aus Erinnerungen, Emotionen, Kognitionen und Körperempfindungen besteht. Das Muster bezieht sich auf die betroffene Person selbst und ihre Kontakte zu anderen Menschen, entsteht in der Kindheit oder Adoleszenz, wird im Laufe des weiteren Lebens stärker und ist stark dysfunktional. Dabei berücksichtigen die Autoren die Tatsache, dass nicht alle Schemata auf Kindheitstraumata oder schlechter Behandlungen in der Kindheit basieren. Ungeachtet dessen wirken nach ihrer Auffassung alle Schemata destruktiv. Weiter gehen Young et al. (2008, S. 37) davon aus, dass frühe maladaptive Schemata „um ihr Überleben kämpfen“. Ein Schema verursacht zwar Leiden, aber es ist vertraut und angenehm durch die ständige Aktivierung in zwischenmenschlichen Kontakten, was dazu führt, dass sich das Schema als „richtig“ anfühlt. Die Autoren postulieren, dass sich Menschen deshalb von Ereignissen angezogen fühlen, die ihre Schemata aktivieren und auch im Erwachsenenalter Dinge tun, die ihnen nicht gut tun.

Trotz des Bewusstseins, dass Schemata nicht immer nur negativ, sondern auch positiv sein können, konzentriert sich die Schematherapie hauptsächlich auf maladaptive

Schemata, mit der Begründung, dass diese die Betroffenen veranlassen, überhaupt eine Therapie aufzusuchen (Young et al., 2008).

4.4 Das Schemakzept

Nach Young et al. (2008) entstehen Schemata in der Kindheit durch die Nicht-Erfüllung von zentralen emotionalen Bedürfnissen aufgrund aversiver Kindheitserlebnisse bzw. negativer Beziehungserfahrungen mit den primären Bezugspersonen. Die Autoren unterscheiden drei Arten von frühen Kindheitserlebnissen, welche die Aneignung von Schemata begünstigen. 1) Traumatisierung oder Viktimisierung des Kindes, 2) Überbehütung und Überfürsorglichkeit der Eltern und 3) Selektive Internalisierung oder Identifikation mit den Gedanken, Gefühlen, Erlebnissen und Verhaltensweisen wichtiger Bezugspersonen.

Aus langjähriger klinischer Beobachtung an Patientinnen und Patienten formulieren Young und Kollegen (1990, 1999, 2008) 18 maladaptive Schemata. Sie basieren auf fünf zentralen emotionalen Grundbedürfnissen mit den Ausprägungen 1) Sichere Bindung zu anderen Menschen 2) Autonomie, Kompetenz und Identitätsgefühl 3) Realistische Grenzen gesetzt bekommen und selbst die Kontrolle inne haben 4) Die Freiheit, berechnete Grundbedürfnisse und Emotionen ausdrücken zu können 5) Spontaneität und Spiel. Die 18 frühen, maladaptiven Schemata, welche jeweils durch die Frustration eines dieser Grundbedürfnisse entstehen, fassen Young et al. (2008) in fünf Domänen zusammen, welche jeweils Entsprechungen zu einem, den Schemata zugrunde liegenden Grundbedürfnis finden: I) Abgetrenntheit und Ablehnung, II) Beeinträchtigung von Autonomie und Leistung, III) Beeinträchtigung im Umgang mit Begrenzung, IV) Übertriebene Aussenorientierung und Fremdbezogenheit, V) Übertriebene Wachsamkeit und Selbsthemmung. Roediger (2009) ergänzt das Schemakzept von Young et al. (2008) um die zentralen emotionalen Grundbedürfnisse von Grawe (1998, 2004) zu einem ganzheitlichen Modell (vgl. Tabelle 1), da er davon ausgeht, dass sich Youngs und Grawes Bedürfniskonzepte nicht ausschliessen, sondern gegenseitig ergänzen. In der vorliegenden Arbeit wird das Konzept nach Roediger (2009; vgl. Tabelle 1) als Grundlage betrachtet, womit sich die Arbeit am Bedürfniskonzept von Grawe sowie an den Schemadomänen und Schemata von Young et al. (2008) orientiert.

Tabelle 1 *Übersicht Schemata, Domänen, Bedürfnisse*

<i>Nr.</i>	<i>Schemata nach Young</i>	<i>Domänen nach Young</i>	<i>Grundbedürfnisse nach Grawe</i>
1	Verlassenheit/Instabilität	I Abgetrenntheit und Ablehnung	Bindung
2	Misstrauen/Missbrauch		
3	Emotionale Entbehrung/Vernachlässigung		
4	Unzulänglichkeit/Scham		
5	Soziale Isolation/Entfremdung		
6	Abhängigkeit/Inkompetenz	II Beeinträchtigung von Autonomie und Leistung	Kontrolle nach Aussen (Autonomie)
7	Verletzbarkeit/Anfälligkeit für Schädigung		
8	Verstrickung/Unentwickeltes Selbst		
9	Erfolglosigkeit/Versagen		
10	Anspruchshaltung/Grandiosität	III Beeinträchtigung im Umgang mit Begrenzung	Kontrolle nach innen
11	Unzureichende Selbstkontrolle/Selbstdisziplin		
12	Unterwerfung	IV Fremdbezogenheit	Selbstwerterhöhung
13	Selbstaufopferung		
14	Streben nach Zustimmung & Anerkennung		
15	Negativität/Pessimismus	V Übertriebene Wachsamkeit und Gehemmtheit	Lustgewinn/Unlustvermeidung
16	Emotionale Gehemmtheit		
17	Überhöhte Standards		
18	Bestrafungsneigung		

Anmerkung. Übersichtstabelle in Anlehnung an Roediger (2009, S. 53).

Roediger (2009) und Young et al. (2008) unterscheiden zwischen unkonditionierten und konditionierten Schemata. Unter die unkonditionierten Schemata subsumieren sie die Schemata der ersten drei Domänen. Unkonditionierte Schemata entstehen nach Auffassung der Autoren durch direkten Niederschlag von unmittelbarem, kindhaftem Erleben durch vernachlässigende und verletzende Lebensumstände, meist in der frühesten Kindheit. Sie gehen davon aus, dass es sich dabei um eine vorsprachliche Entwicklungsphase handelt, weshalb es den Betroffenen schwer fällt, diese zu benennen. Daher sind die unkonditionierten Schemata sehr zentral für die Schematherapie, zumal sie nach Ansicht der Autoren als bedingungslos gültige Überzeugungen fungieren. Die konditionierten Schemata hingegen sind nach Auffassung von Roediger (2009) sowie Young et al. (2008) nicht Abbild des unmittelbaren Erlebens, sondern Ausdruck von unbewussten Anpassungsprozessen an rigide und überfordernde Lebensumstände. Sie entstehen durch den Versuch, sich von der Wirkung eines unkonditionierten Schemas zu befreien, wobei es sich nach Jacob (2011) in den meisten Fällen um Schemata der vierten und fünften Domäne handelt.

Nach Young et al. (2008) tragen insbesondere kognitive Verzerrungen, Schema-Bewältigungsstile und selbstschädigende Lebensmuster zur Verstärkung der Schemata bei. Auf der Verhaltensebene bevorzugen betroffene Personen unbewusst Situationen und Beziehungen, die das Schema aktivieren und erhalten, während sie Beziehungen, die das Schema heilen würden, meiden. Dadurch provozieren sie negative Reaktionen und verstärken das Schema.

4.5 Die Schemadomänen und zugehörigen Schemata

In diesem Kapitel folgt eine Zusammenfassung der 18 Schemata, geordnet in die fünf Schemadomänen, wie sie von Roediger (2009), Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) definiert werden. Eine detaillierte Beschreibung der einzelnen Schemata findet sich im Anhang A.

Domäne I: Abgetrenntheit und Ablehnung

Nach Roediger (2009) beinhaltet die Domäne I das Gefühl von Abgetrenntheit und Ablehnung, welches durch die Frustration des Bindungsbedürfnisses entsteht. Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) sind der Auffassung, dass Personen mit Schemata in dieser Domäne stark geschädigt sind aufgrund einer traumatischen Kindheit, wobei die Ursprungsfamilie distanziert, ablehnend, unberechenbar ist und zu explosiven Ausbrüchen oder Misshandlungen bzw. Missbrauch neigt. Betroffene Personen sind nicht in der Lage, sichere und für sie befriedigende Bindungen zu anderen Menschen zu entwickeln.

1 Verlassenheit/Instabilität: Nach Auffassung von Roediger (2009) sowie Young und Kollegen (2008) beinhaltet die Lebensfalle Verlassenheit das Gefühl, von den wichtigsten Bezugspersonen verlassen zu werden und das ganze Leben lang emotional isoliert zu bleiben. Roediger (2009) beschreibt bei betroffenen Personen ein immenses Klammern an nahe stehende Personen aus existentieller Angst, vom Partner/der Partnerin verlassen zu werden.

2 Misstrauen/Missbrauch: Roediger (2009) betrachtet das Schema Misstrauen/Missbrauch als Folge der Erfahrung, von wichtigen Bezugspersonen verletzt, missbraucht, misshandelt oder ausgenutzt zu werden. Nach Auffassung von Young und Kollegen (2008) meiden betroffene Personen Beziehungen grundsätzlich oder wählen zu Missbrauch oder Misshandlungen neigende Partner, womit sie die Kindheitstraumata reinszenieren, mit der Überzeugung, es nicht anders verdient zu haben.

3 Emotionale Entbehrung: Nach Roediger (2009) wird das Schema Emotionale Entbehrung gefördert durch einen Mangel an Unterstützung von zwar körperlich anwesenden, emotional aber abweisenden Eltern. Young und Kollegen (2008) formulieren das Entbehren von Zuwendung, Wärme, Empathie, Schutz und Richtungsweisung als häufigste Formen der emotionalen Entbehrung. Die Autoren sind der Auffassung, dass sich die Betroffenen meist unverstanden und zu kalten und abweisenden Menschen hingezogen fühlen.

4 Unzulänglichkeit/Scham: Nach Roediger (2009) umfasst das Schema Unzulänglichkeit/Scham das Gefühl, minderwertig, schlecht, unfähig, unerwünscht und nicht geliebt zu sein, aufgrund der ständigen entwertenden Kritik von Bezugspersonen. Be-

troffene Personen sind gemäss Young und Kollegen (2008) häufig überempfindlich gegenüber Kritik, Ablehnung und Beschuldigung.

5 Soziale Isolation/Entfremdung: Dieses Schema entsteht nach Auffassung Roedigers (2009) häufig erst in der späteren Kindheit und Adoleszenz durch die Erfahrung, von Gleichaltrigen ausgegrenzt zu werden. Betroffene haben das Gefühl, sozial unerwünscht, hässlich, sexuell unattraktiv, kommunikationsunfähig und nicht Teil einer Gemeinschaft zu sein (Young et al., 2008; Young & Klosko, 2008).

Domäne II: Beeinträchtigung von Autonomie und Leistung

Beeinträchtigung von Autonomie und Leistung entsteht nach Roediger (2009), Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008), wenn Kinder starke Kontrolle von überprotektiven, überfürsorglichen Bezugspersonen erfahren. Aufgrund der mangelnden Gewährung von Autonomie wird damit das Vertrauen der Kinder in sich selbst und die Umgebung untergraben und die Entwicklung einer eigenständigen Identität erschwert.

6 Abhängigkeit/Inkompetenz: Nach Roediger (2009) sowie Young und Kollegen (2008) kann das Erleben von Abhängigkeit und Inkompetenz entstehen, wenn den Betroffenen im Kindesalter zu viele Entscheidungen abgenommen wurden und ihnen eine passive Rolle zugewiesen wurde. Meist sind die Betroffenen der Überzeugung, ohne massive Unterstützung anderer nicht adäquat mit den Erfordernissen des Alltags fertig werden zu können.

7 Anfälligkeit für Schädigungen oder Krankheiten: Roediger (2009) sowie Young und Kollegen (2008) betrachten dieses Schema als Folge einer überfürsorglich-ängstlichen Haltung der Bezugspersonen, so dass die Betroffenen die Welt als generell gefährlich wahrnehmen. Übertriebene Furcht vor drohenden emotionalen und äusseren Katastrophen oder körperlichen Erkrankungen sind Merkmale dieses Schemas.

8 Verstrickung/Unentwickeltes Selbst: Personen mit diesem Schema leiden nach Roediger (2009) sowie Young und Kollegen (2008) an einer übertrieben starken emotionalen Beziehung zu den Bezugspersonen auf Kosten der Entwicklung einer umfassenden eigenen Identität. Nach Auffassung der Autoren fällt es Betroffenen schwer, Entscheidungen ohne Rücksprache mit den Bezugspersonen zu treffen und die eigene Existenz wertzuschätzen.

9 Versagen: Das Schema wird nach Roediger (2009) durch überkritische, leistungsbezogene Rückmeldungen von Bezugspersonen gefördert. Betroffene sind nach Auffassung von Young und Kollegen (2008) der Überzeugung, insbesondere in Bereichen in denen es auf Leistung ankommt, zu versagen.

Domäne III: Beeinträchtigung im Umgang mit Begrenzungen

Beeinträchtigungen in dieser Domäne können nach Roediger (2009), Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) dann entstehen, wenn die Eltern den Kindern

zu wenig Grenzen setzen und zuwenig mit sozialen Verhaltensregeln konfrontieren. Die Autoren gehen davon aus, dass es Betroffenen schwer fällt, Verantwortung für andere zu übernehmen, die Integrität anderer zu respektieren, Selbstkontrolle auszuüben oder sich realistische persönliche Ziele zu setzen.

10 Anspruchshaltung/Grandiosität: Dieses Schema wird nach Roediger (2009) insbesondere durch Eltern begünstigt, welche die Kinder idealisieren, zu wenig Grenzen setzen und stark status- und erfolgsorientiert sind. Betroffene Personen sind davon überzeugt, etwas Besonderes und anderen Menschen überlegen zu sein, wobei sie zu Macht- oder Kontrollansprüchen ohne Rücksicht auf die Bedürfnisse und Gefühle von anderen tendieren.

11. Unzureichende Selbstkontrolle/Selbstdisziplin: Personen mit diesem Schema werden nach Roediger (2009) sowie Young und Kollegen (2008) durch mangelnde Bereitschaft zur Anstrengung, geringe Frustrationstoleranz sowie mangelnde Selbstkontrolle beeinträchtigt.

Domäne IV: Fremdbezogenheit

Fremdbezogenheit kann nach Aussagen Roedigers (2009) durch die Frustration des Bedürfnisses nach Selbstwerterhöhung und Selbstverwirklichung entstehen. Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) gehen davon aus, dass Betroffene in der Kindheit gelernt haben, sich auf Kosten der eigenen Bedürfnisse an den emotionalen Bedürfnissen und Wünschen der Eltern zu orientieren, um Liebe, Anerkennung und das Gefühl von Verbundenheit zu bekommen, bzw. um Vergeltung zu vermeiden.

12 Unterwerfung: Roediger (2009) formuliert das Schema der Unterwerfung als Folge der systematischen Vernachlässigung der Bedürfnisse der Kinder, wobei die übermäßige Bereitschaft bei den Betroffenen gefördert wird, sich anderen unterzuordnen, um Ärger und Verlassenwerden zu vermeiden. Die beiden wichtigsten Formen der Unterwerfung zeigen sich gemäss Young und Kollegen (2008) in der Unterwerfung der eigenen Bedürfnisse und in der Unterwerfung der eigenen Emotionen.

13 Selbstaufopferung: Roediger (2009) sowie Young und Kollegen (2008) gehen davon aus, dass das Schema der Selbstaufopferung dann entwickelt wird, wenn Kinder von den Bezugspersonen verstärkt zur Bewältigung eigener Probleme benutzt werden. Die Betroffenen entwickeln ein aktives Bedürfnis, die Wünsche anderer Menschen zu erfüllen um dadurch Aufmerksamkeit, Liebe und Anerkennung zu bekommen, wobei sie sich stark mit den Gefühlen anderer identifizieren und eine ausgeprägte Sensibilität für deren Leiden entwickeln. Im Erwachsenenalter gehen Menschen mit diesem Schema häufig Beziehungen zu bedürftigen Menschen ein, wie etwa solchen mit Drogen- oder Alkoholproblemen, im Sinne einer Co-Abhängigkeit.

14 Streben nach Zustimmung und Anerkennung: Nach Roediger (2009) ist das Schema Streben nach Zustimmung und Anerkennung Folge von übermäßigem Behar-

ren der Bezugspersonen auf sozial erwünschtem Verhalten. Young und Kollegen (2008) sehen darin die Gefahr, dass Kinder die primären Eigenbedürfnisse aus den Augen verlieren und übermässig nach Zustimmung, Anerkennung oder Aufmerksamkeit anderer Menschen streben sowie sich um Anpassung bemühen, auf Kosten der Entwicklung eines sicheren Selbstgefühls.

Domäne V: Übertriebene Wachsamkeit und Gehemmtheit

Diese Domäne umfasst nach Roediger (2009), Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) die Unterdrückung spontaner Gefühle und Impulse oder die Einhaltung starrer verinnerlichter Regeln und Erwartungen bezüglich der eigenen Leistungen, wobei Freude, Lusterleben, persönliches Glück, Selbsta Ausdruck, Entspannung und enge Beziehungen vernachlässigt oder unterdrückt werden.

15 Negativität/Pessimismus: Nach Roediger (2009) kann dieses Schema als Folge übermässig ängstlicher und eingrenzender Eltern auftreten, so dass ein grundlegendes Unsicherheitsgefühl entsteht. Das Schema ist nach Young und Kollegen (2008) verbunden mit einer generellen und lebenslangen Konzentration auf negative Aspekte des Lebens, wobei die Betroffenen an chronischer Besorgnis, Angst Fehler zu machen, übertriebener Wachsamkeit sowie der Tendenz zum Klagen und Unentschlossenheit leiden.

16 Emotionale Gehemmtheit: Roediger (2009) sowie Young und Kollegen (2008) verstehen das Schema der emotionalen Gehemmtheit als Folge harter Eingrenzung und Bestrafung der Bezugspersonen. Dabei lernen die Kinder spontanes und impulsives Verhalten sowie positive und schwierige Emotionen zu unterdrücken, um Anerkennung zu erlangen, Schamgefühle zu vermeiden oder nicht die Kontrolle über die eigenen Impulse zu verlieren.

17 Überhöhte Standards/übertrieben kritische Haltung: Roediger (2009) sieht den Ursprung dieses Schemas in übermässigen Leistungsanforderungen der Eltern, wobei die Kinder die Standards der Eltern internalisieren, um Anerkennung zu bekommen, bzw. Kritik zu vermeiden. Nach Young und Kollegen (2008) ruft das Schema bei den Betroffenen das Gefühl hervor, nicht gut genug zu sein und veranlasst sie zu einer extremen Leistungsbereitschaft und einer überkritischen Haltung sowie Perfektionismus sich selbst und anderen gegenüber.

18 Bestrafen: Bei diesem Schema spielen nach Roediger (2009) sowie Young und Kollegen (2008) rigide, bestrafungsorientierte Normen der Bezugspersonen eine grosse Rolle. Das Schema beinhaltet nach Auffassung der Autoren die Überzeugung, dass Fehler streng bestraft werden, wobei Betroffene dazu neigen, wütend, intolerant und ungeduldig gegenüber sich selbst und anderen Menschen zu sein, wenn Fehler unterlaufen oder wenn eigene Erwartungen nicht erfüllt werden.

4.6 Schemabewältigung

Das Konzept der Schemabewältigung basiert auf Grundlagen von Piaget (1976), wobei die Inkonsistenzspannung zwischen Umwelтанforderungen und eigenen Grundbedürfnissen bei Kindern einen Anpassungs- bzw. einen Akkomodationsdruck erzeugt (Piaget 1976; zit. nach Roediger, 2009), den sie mit den best möglichen verfügbaren Lösungen zu minimieren versuchen. Nach Young et al. (2008) schützen Bewältigungsreaktionen Kinder und Erwachsene davor, die intensiven, schwer erträglichen Emotionen zu erleben, welche die Schemata erzeugen. Dabei betrachten die Autoren die Schemabewältigung als sichtbares Verhalten, im Gegensatz zu den Schemata, welche Erinnerungen, Emotionen, Körperempfindungen und Kognitionen beinhalten.

Young et al. (2008) unterscheiden, abgeleitet von den biologisch angelegten Bewältigungsreaktionen Kampf, Flucht nach innen oder aussen und Unterwerfung, drei Bewältigungsstile: Die Überkompensation, die Vermeidung und Unterwerfung/Sich-Fügen.

Unterwerfung/Sich-Fügen: Nach Roediger (2009) und Young et al. (2008, S. 68) geben Patientinnen und Patienten mit dem sich fügenden Bewältigungsstil dem Schema nach, wobei sie es als „wahr“ akzeptieren und sich passiv-unterwürfig verhalten, um Anerkennung zu erzielen und Zurückweisung zu vermeiden. Unbewusst wiederholen Betroffene schemabestimmte Muster im Erwachsenenalter, indem sie in intimen Beziehungen die Kindheitssituationen wiederherstellen und Partnerinnen und Partner wählen, die sie so fordernd und verletzend behandeln, wie es die Eltern getan haben.

Schemavermeidung: Nach Young et al. (2008) versuchen Personen mit vermeidendem Bewältigungsstil ihr Leben so zu gestalten, dass das Schema möglichst nie aktiviert wird, um sich dem Schmerz der Schemaaktivierung zu entziehen. Tauchen Gefühle auf, werden diese reflexhaft unterdrückt. Alkohol- und Drogenmissbrauch, sexuelle Promiskuität, Essattacken oder übersteigerte Leistungsbereitschaft bieten dabei mögliche Vermeidungsstrategien. Personen mit Schemavermeidung scheuen nach Auffassung der Autoren oftmals vertraute Beziehungen oder berufliche Herausforderungen.

Schemaüberkompensation: Den Ausführungen von Young et al. (2008) zufolge bekämpfen Personen mit überkompensierendem Bewältigungsstil das Schema, indem sie „so denken, sich so fühlen, sich so verhalten und so zu anderen in Beziehung treten, als träfe das Gegenteil des Schemas zu“ (S. 69). Werden sie mit ihrem Schema konfrontiert, gehen sie zum Gegenangriff über, indem sie die innere Unsicherheit und die eigene Verletzlichkeit mit Dominanz überspielen. Gemäss den Autoren wirken Personen mit Schemaüberkompensation oberflächlich, selbstbewusst und selbstsicher, wobei sie unterschwellig den Druck des Schemas spüren, der jederzeit an die Oberfläche kommen kann. Meist entwickeln sie eine starke Tendenz zur Manipulation, Kontrolle und Dominanz über andere.

Nach Young et al. (2008) und Roediger (2009) werden alle drei Bewältigungsstile in der frühen Kindheit entwickelt, wobei sie in der Kindheit angemessen sind, da in dieser Entwicklungsphase keine anderen Reaktionen möglich sind. Maladaptiv werden die Bewältigungsstile dann, wenn im Erwachsenenalter trotz zunehmender Ressourcen die gleichen Strategien eingesetzt werden. Dann werden die situativen Bewältigungsreaktionen (states) der Kindheit zu stabilen Bewältigungsstilen (traits) und dadurch zunehmend dysfunktional, weil sie die internalisierten Schemata aufrechterhalten. Roediger (2009) geht davon aus, dass in der Regel mehrere Bewältigungsstile genutzt und kombiniert werden, sodass Erduldungs-, Vermeidungs- und Kompensationsmuster im Wechsel auftreten.

4.7 Das Modusmodell

Das Modusmodell orientiert sich an Konzepten aus anderen Therapieschulen, die mit inneren Persönlichkeitsanteilen arbeiten, wie z.B. das Modell des Inneren Teams von Schulz von Thun (2009), die Transaktionsanalyse nach Berne (1961), das Psychodrama von Moreno (1959), oder die Ego-State-Therapie von Watkins und Watkins (2002). Es wurde als Ergänzung zum Schemamodell von Young und Mitarbeitenden (2008) entwickelt und entstand aus der Beobachtung heraus, dass besonders bei Borderline-Patienten und -Patientinnen eine Vielzahl an Schemata gleichzeitig aktiviert ist, weshalb es Young geeigneter erschien, mit den im Moment aktivierten emotionalen Zuständen, den Schemamodi, zu arbeiten anstelle der aktivierten Schemata.

Nach Young et al. (2008, S. 74-75) stellen Schemamodi aktivierte, adaptive und maladaptive emotionale Zustände und Bewältigungsreaktionen dar, die in einem konkreten Augenblick aktiv sind, die sich aber von Augenblick zu Augenblick ändern können. Ein dysfunktionaler Schemamodus ist gemäss den Autoren „eine mit bestimmten Schemata verbundene Facette des Selbst, welche in Form von belastenden Emotionen, Vermeidungsreaktionen oder selbstschädigenden Verhaltensweisen zum Ausdruck kommt und deren Integration mit anderen Facetten des Selbsts nicht vollständig abgeschlossen ist“. Im Extremfall kann dies zu dissoziativen Zuständen bis hin zu einer dissoziativen Identitätsstörung führen. Im Vergleich zu den Schemata, welche Roediger (2009) und Young et al. (2008) als traits definieren, stellen Modi kurzfristige Aktivierungen (states) der persistierenden Schemata dar.

Im Modusmodell unterscheiden Roediger (2009) und Young et al. (2008) vier verschiedene Gruppen: 1) die Kind-Modi, 2) Maladaptive Bewältigungsmodi, 3) Maladaptive internalisierte Eltern-Modi und 4) den Modus des Gesunden Erwachsenen. Ziel der Schematherapie ist es nach Roediger (2009), den Modus des Gesunden Erwachsenen aufzubauen, der die wechselhaft auftretenden Modi, bzw. Selbstanteile flexibel integ-

riert und dadurch dem Erwachsenenalter entsprechende Bewältigungsstrategien entwickeln kann.

4.7.1 Dynamik zwischen den Modi

Wie in Abbildung 1 dargestellt, ermöglicht es, das Modusmodell von Roediger (2009) innere Konflikte zwischen verschiedenen Selbstanteilen zu konzeptualisieren, wobei der Autor vier verschiedene Selbstanteile definiert: die Inneren-Kind-Modi, die Inneren-Eltern-Modi, die Bewältigungsmodi und den Modus des Gesunden Erwachsenen. Nach Roediger (2009) führen die Bedürfnisse und Emotionen von Einsamkeit, Verletzbarkeit, Hilflosigkeit, Wut und Frustration der Inneren-Kind-Modi im Zusammentreffen mit den leistungsorientierten Anforderungen, Bestrafungsneigung und negativer Selbstbewertung der Inneren-Eltern-Modi zu einer Konfliktspannung. Um diese Spannung zu reduzieren, wird unbewusst der aktuell vielversprechendste Kompromiss zwischen Eltern- und Kind-Modi gewählt, in Form der drei Bewältigungsmodi, Gefühlsvermeidung, Unterwerfung oder Überkompensation. Die drei Bewältigungsmodi umfassen verschiedene Facetten, wie beispielsweise den Distanzierten Beschützer oder den Distanzierten Selbstberuhiger innerhalb der Schemavermeidung, oder den Selbsterhöher und Einschüchterer innerhalb der Schemaüberkompensation. Grundsätzlich werden die Bewältigungsmodi Vermeidung, Unterwerfung und Überkompensation von Young et al. (2008) und Roediger (2009) äquivalent zu den Schemabewältigungsstilen definiert, weshalb sie an dieser Stelle nicht mehr im Einzelnen aufgeführt werden.

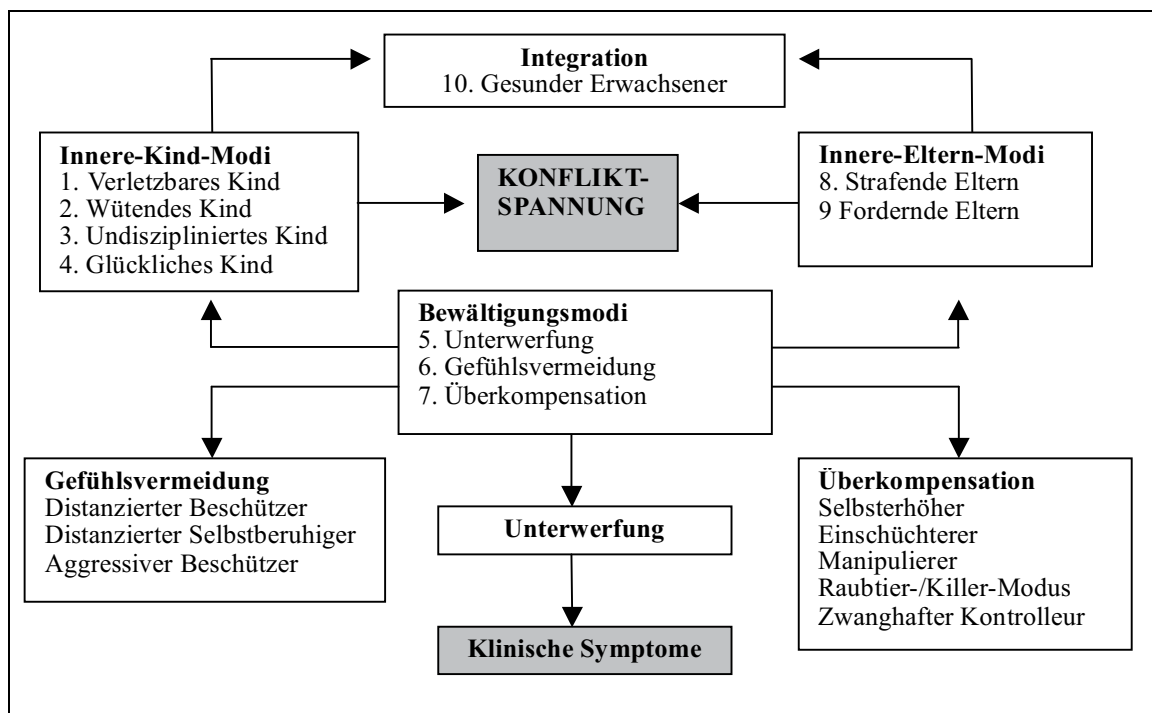


Abbildung 1. Dynamik des Modusmodells (Roediger, 2009, S. 71).

4.7.2 Der Modus des Gesunden Erwachsenen

Roediger (2011a) versteht den Modus des Gesunden Erwachsenen in Anlehnung an Kernbergs Modell der Persönlichkeitsstruktur (1988) als Ausdruck eines höheren Ich-Funktionsniveaus. Roediger (2011a) ist der Auffassung, dass der Modus des Gesunden Erwachsenen ein breites Spektrum an Lösungsstrategien aufweist, wobei der Gesunde Erwachsene je nach Bedarf flexibel und angemessen zwischen den einzelnen Bewältigungsstrategien Unterwerfung, Gefühlsvermeidung und Überkompensation wechseln kann. Insofern stellt er einen adaptiven Bewältigungsstil dar, mit welchem Bedürfnisse anhand von Bewältigungsmechanismen, die dem Erwachsenenalter entsprechen, angemessen befriedigt werden können. Damit gelingt es Personen im Modus des Gesunden Erwachsenen, abgespaltene Selbstanteile zu integrieren, selbstreflexive Funktionen einzunehmen, verschiedene Handlungsoptionen abzuwägen und kognitiv umzubewerten sowie neue Handlungen durch Selbstinstruktion zu initiieren.

4.8 Der Therapieprozess

Mit Bezug auf Grawe (2004) besteht nach Roediger (2009) der Grundgedanke der Schematherapie darin, die negativen frühen Beziehungserfahrungen in der Therapie gezielt zu aktualisieren, um sie mit den im Erwachsenenalter verfügbaren weiterentwickelten Ressourcen zu modifizieren und so den Übergang zu einem neuen Ordnungszustand zu bahnen. Gemäss Roediger (2009) ist es nicht Ziel der Therapie, die Aktivierung der Schemata zu verhindern, sondern die Bewältigungsstrategien in Bezug auf vorhandene Beziehungsmuster zu verändern. Dabei wird als grosses Therapieziel der Modus des Gesunden Erwachsenen angestrebt.

Grundsätzlich besteht die Schematherapie, wie sie von Young et al. (2008) konzipiert wurde, aus zwei Phasen: Der Phase der Einschätzung und Edukation und der Phase der Veränderung. In der ersten Phase hilft die Therapeutin/der Therapeut den betroffenen Personen ihre Schemata zu identifizieren, deren Ursprünge in der Kindheit oder Adoleszenz zu verstehen und die Verbindung zwischen den Schemata und den aktuellen Problemen aufzuzeigen. In der Veränderungsphase verbindet die Therapeutin/der Therapeut kognitive, erlebnisbasierte, verhaltensbezogene und interpersonelle Strategien mit dem Ziel, die Schemata zu heilen und die maladaptiven Bewältigungsstile durch zuträglichere Verhaltensweisen zu ersetzen.

Nach Jacob (2011), Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) werden insbesondere zu Beginn der Behandlung kognitive Techniken eingesetzt, damit es den Patientinnen und Patienten gelingt, die Schemata auf rationaler Ebene zu widerlegen, Schema erhaltende Kognitionen zu schwächen und gesunde Kognitionen zu stärken. Durch die Nutzung von erlebnisbasierten Techniken wie Imaginationenübungen, Rollen-

spiele, Stühlearbeit und Briefeschreiben, führen Therapeutinnen und Therapeuten die Patientinnen und Patienten zu den primären Gefühlen von Wut, Verletzbarkeit, Hoffnungslosigkeit und Trauer des Inneren-Kind-Modus, damit die Betroffenen lernen, ihre Gefühle und existentiellen Bedürfnisse zu benennen. Weiter helfen verhaltenstherapeutische Techniken wie Rollenspiele und Realitätstestung, aber auch Imaginationsübungen, die maladaptiven Bewältigungsreaktionen, beispielsweise in der Partnerwahl durch neue, adaptivere, dem Erwachsenen Modus entsprechende Verhaltensmuster zu ersetzen und einzuüben. Für den Heilungsprozess kann es nach Young und Klosko (2008) von grösster Bedeutung sein, den Eltern zu vergeben, um nicht immer wieder in die Kinderspektive zurückzufallen. Die Autoren sind der Auffassung, dass das Vergeben ermöglicht, die Eltern nicht nur negativ und als übermächtig zu betrachten, sondern auch ihre eigenen Schwächen, Sorgen und Ängste in ein ganzheitliches Bild zu integrieren.

In der Schematherapie wird der therapeutischen Beziehung eine grosse Bedeutung zugeschrieben. Im Konzept nach Young et al. (2008) fungiert die Beziehung zwischen Therapeut und Patientin/Patient als partiell wirksames Mittel gegen die Schemata, wobei die Patientinnen und Patienten die Therapierenden als gesunde Erwachsene internalisieren. In der therapeutischen Beziehung sind nach Jacob (2011) und Young et al. (2008) die empathische Konfrontation im Sinne des humanistischen Ansatzes und die begrenzte nachträgliche elterliche Fürsorge durch die Therapeutin/den Therapeuten besonders wichtig. Letztere wird von Jacob (2011, S. 26) und Young et al. (2008) als „limited reparenting“ bezeichnet. Sie beinhaltet die Befriedigung der in der Kindheit frustrierten Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten im professionell angemessenen Rahmen einer therapeutischen Beziehung, damit eine korrigierende emotionale Erfahrung ermöglicht wird.

4.9 Schematherapie mit Paaren

Der Literaturrecherche zufolge ist die Schematherapie mit Paaren noch ein junges Gebiet. Entsprechend fehlen hierzu ausgereifte Behandlungskonzepte und theoretische Grundlagen. Ein erstes Modell zur Schematherapie mit Paaren wurde von Roediger (2011b) formuliert. In der Therapie versucht er, dem Paar Einsicht in die Interaktionsprozesse zwischen den Partnern und deren biografischen Hintergründe zu ermöglichen. Der Gegenstand in der Paartherapie bildet dabei die wechselseitige Beeinflussung des Erlebens beider Partner. In diesem Sinne versteht Roediger die schematherapeutische Paarbehandlung als „eine gleichzeitige Behandlung zweier Individuen und deren Interaktion“ (2011b, S. 259).

4.9.1 Grundlagen der Paardynamik aus schematherapeutischer Perspektive

Das Modell der schematherapeutischen Paardynamik von Roediger (2011b) geht auf das Kollusionskonzept von Willi (1975, 2010) zurück. Es geht davon aus, dass sich Personen in der Partnerwahl unbewusst von den Partnern angezogen fühlen, die ihnen ähnliche Beziehungsangebote machen wie die primären Bezugspersonen (Roediger, 2011b). Young et al. (2008) nennen das die Beziehungsschemie (Chemistry). Diese Passung erlaubt, die vertrauten Beziehungsrituale zu reinszenieren, wobei sich die Partner gegenseitig als Verursacher ihrer negativen emotionalen Zustände erleben und mit maladaptiven Bewältigungsstrategien darauf reagieren. Somit verstärken die Partner gegenseitig ihre Bewältigungsmodi im Sinne eines Moduszirkels. Je mehr beispielsweise die Frau ihren Mann kontrolliert, umso mehr zieht er sich vermeidend zurück, obwohl für die Frau die Stabilität und Selbständigkeit des Partners zu Beginn der Beziehung anziehend war, weil sie dadurch Sicherheit erfuhr, während er wiederum die Fürsorglichkeit und Anhänglichkeit der Frau schätzte, da er sich dadurch geliebt fühlte. Sobald aber die Frau aufgrund der Nicht-Erfüllung ihrer Bedürfnisse in den überkompensierenden Bewältigungsmodus der Kontrolle verfällt und der Mann als Reaktion darauf in den emotional abweisenden Vermeidungsmodus wechselt, destabilisiert sich die Beziehung, da alte Schemata aktiviert werden (Roediger, 2011b).

Roediger (2010) unterscheidet fünf Bewältigungsmoduszirkel in Paarbeziehungen.

Überkompensation mit Unterwerfung: Hierbei handelt es sich um ein Dominanz-Submissionsverhältnis, wobei sich ein Partner dem dominanteren Gegenüber unterordnet. Roediger betrachtet diese Bewältigungskonstellation als weitgehend stabil, solange sich ein Partner unterwirft. Praxiserfahrungen Roedigers zufolge, kommt diese Konstellation in der klinischen Praxis am häufigsten vor (Roediger, persönliche Mitteilung, 12. November 2010).

Überkompensation mit Vermeidung: Bei dieser Bewältigungskonstellation unterwirft sich nach Roediger (2010) der eine Partner durch seine Vermeidungstendenz dem überkompensierenden Gegenüber, was ähnlich der ersten Bewältigungskonstellation zu einem Dominanz-Submissionsverhältnis führt.

Überkompensation mit Überkompensation: In dieser Konstellation hegen gemäss Roediger (2010) beide Partner gegenseitig Dominanzansprüche, womit sich eine symmetrische Konstellation mit grossem Eskalationspotential ergibt.

Vermeidung mit Vermeidung: Durch die gegenseitige Tendenz sich mittels Vermeidung unterzuordnen und der damit resultierenden Distanz zwischen den Partnern, entfremden sich nach Roediger (2010) die Partner immer mehr voneinander und koppeln sich emotional voneinander ab.

Gesunder Erwachsener mit Gesunden Erwachsenen: Nach Roediger (2010) gelingt es in dieser Konstellation beiden Partnern, ihre Bedürfnisse zu benennen und angemess-

sen zu befriedigen. Sie können abwechslungsweise in den Inneren-Kind-Modus gehen und damit Gefühle von Verletzbarkeit, Hilflosigkeit, Wut und Trauer zulassen, während der jeweils andere Partner in der Funktion des Gesunden Erwachsenen die nacheltherliche Fürsorge übernimmt.

4.9.2 Ziele der Schematherapie mit Paaren

In der schematherapeutischen Paarbehandlung wird gemäss Roediger (2011b) versucht, bei jedem der Partner die maladaptiven Bewältigungsstrategien vor dem biografischen Hintergrund zu verstehen, die resultierenden komplementären Moduszirkel zu beschreiben und die dahinter liegenden, unbefriedigten Grundbedürfnisse ins Bewusstsein zu rufen, um diese dann gezielt mit angemessenen Mitteln zu befriedigen. Im Konzept Roedigers (2011b) übernimmt die Therapeutin/der Therapeut in der Anfangsphase die Funktion des Gesunden Erwachsenen um dem Paar einerseits Sicherheit zu geben, andererseits aber auch als Modell zu funktionieren. In einem späteren Stadium übernehmen die beiden Partner abwechselnd die Funktion des Gesunden Erwachsenen, indem sie das Gegenüber nach-beeltern, während dieser im aktivierten Kind-Modus schmerzhaft Kindheitserfahrungen bearbeiten kann. Damit wird Kontakt zu den primären Emotionen und den ursprünglichen Grundlagen der Beziehung gewonnen. Nach Roediger (2011b) bilden auch in der Paarbehandlung Psychoedukation, Imaginationsübungen und Stühlearbeit wichtige Elemente, wobei in Kommunikationstrainings eine gewaltfreie, die Beziehungsqualität fördernde Gesprächskultur im Sinne Watzlawicks et al. (2007) und Rosenbergs (2004) geübt und ein positives Beziehungsverhalten aufgebaut wird.

4.10 Schematherapie und Forschung

Im Gegensatz zur kognitiven Verhaltenstherapie, welche als wissenschaftlich fundierte Psychotherapie betrachtet werden kann, wurde die Schematherapie intuitiv auf erfahrungsbasiertem Wissen entwickelt. Entsprechend steckt die Forschung noch in den Kinderschuhen. Die Literaturrecherche, insbesondere das Publikationsverzeichnis der International Society for Schema Therapy (ISST, 2010), sowie Recherchen von Bamelis, Giesen-Bloo, Bernstein und Arntz (2011) sowie Behary (2011) zeigen, dass erste Forschungsergebnisse zur Modellüberprüfung und Effektivität der Schematherapie bei Persönlichkeitsstörungen, insbesondere bei Borderline-Persönlichkeitsstörungen vorliegen, während vor allem im Bereich der Achse-I-Störungen noch ein grosser Forschungsbedarf an qualitativ hochwertigen Untersuchungen besteht. Die Literaturrecherche zeigt weiter, dass bisher noch keine empirischen Untersuchungen zu schematherapeutischen Konzepten, Behandlungsstrategien und Effektivität für die Paarbehandlung durchgeführt wurden.

Nach Bamelis et al. (2011) und Behary (2011) kann die Schematherapie aufgrund der bisher getätigten Effektivitätsstudien von Farrell, Shaw und Webber (2009), Giesen-Bloo, van Dyck, Spinhofen et al. (2006) sowie Nordahl und Nysaeter (2005) als wirksames, wissenschaftlich gestütztes Therapieverfahren bei Borderline-Patientinnen und -Patienten betrachtet werden. Bisher konnte eine Studie von Weertman und Arntz (2007) die Effektivität der Schematherapie bei anderen Persönlichkeitsstörungen belegen, während zwei weitere Untersuchungen zur Effektivität der Schematherapie bei Cluster-C-Störungen (Bamelis, Arntz et al., unveröffentlicht) und Cluster-B-Störungen im forensischen Setting (Bernstein, Arntz et al., unveröffentlicht) am Laufen sind. Im Bereich der Achse-I-Störungen existieren gemäss Literaturrecherche und Bamelis et al. (2011) bisher nur sehr wenige Untersuchungen, beispielsweise zur Effektivität der Schematherapie bei Substanzmissbrauch, bei Depression und Ängsten, bei Panikstörungen, Bipolaren Störungen, Bulimia Nervosa.

Hinsichtlich der Validierung des Young Schema Questionnaires (YSQ), bzw. der Absicherung der 18 Schemakonstrukte von Young et al. (2008) wurden der Literaturrecherche und Young et al. (2008) zufolge einige empirische Untersuchungen getätigt. Faktoranalytisch wurde der YSQ mehrmals überarbeitet, beispielsweise von Young und Brown (1990), so dass der Fragebogen von ursprünglich 16 definierten Schemata (Young 1990) auf 18 Schemata erweitert wurde (Young et al., 2008). Lee, Taylor und Dunn (1999) sowie Young et al. (2008) sind aufgrund der Resultate der Faktorenstruktur in klinischen und nicht klinischen Stichproben (Lee et al., 1999; Schmidt, Joiner, Young & Telch, 1995) der Auffassung, dass frühe maladaptive Schemata bei nicht klinischen Populationen ebenfalls auftreten, allerdings in wesentlich geringerer Ausprägung als in klinischen Populationen.

Der YSQ-Fragebogen wurde in mehreren Untersuchungen mit den Konstrukten anderer Fragebogen verglichen. Dabei erreichte der YSQ-Fragebogen in der Untersuchung von Schmidt et al. (1995; zit. nach Young et al., 2008) bei Messungen der Symptome für Selbstbeachtung (Rosenberg Self-Esteem Questionnaire; Rosenberg, 1965), für Depression (Beck Depression Inventory; Beck, Ward, Mendelson, Mock & Erbaugh, 1961) und Symptome für Persönlichkeitsstörungen (Personality Diagnostic Questionnaire – Revised; Hyler, Rieder, Spitzer & Williams, 1987) eine gute konvergente und diskriminante Validität.

Zusammenfassung der theoretischen Grundlagen der Schematherapie

Die Schematherapie steht im Fokus des Interesses der vorliegenden Arbeit, da es sich um eine junge Therapieform handelt, die bisher noch nicht umfassend beforscht wurde, insbesondere in Bezug auf Beziehungsmuster in Paarbeziehungen. Sie bietet ein mannigfaltiges Therapiekonzept, welches aus psychodynamischen, bindungstheoretischen,

emotional-verstehenden und kognitiv-behavioralen Ansätzen besteht, weshalb sie als Kompaktform bisheriger, bewährter Psychotherapiemodelle verstanden werden kann. Der wichtigste Punkt besteht darin, dass sich die Schematherapie auf drei Ebenen konzentriert: 1) die Ebene der Schemata bzw. der dysfunktionalen Beziehungsmuster, 2) die Ebene der dahinter liegenden Bedürfnisse und Emotionen und 3) die Ebene der Bewältigungsstrategien. Insofern ist für die vorliegende Arbeit zentral, dass die Schematherapie die Dynamik der früh erworbenen maladaptiven Schemata, welche durch die Nicht-Erfüllung von zentralen emotionalen Grundbedürfnissen aufgrund aversiver Kindheitserfahrungen entstehen und die daraus resultierenden Bewältigungsstrategien in den Mittelpunkt stellt.

In Bezug auf das Forschungsinteresse nach den Schemakonstellationen und die dahinter liegenden Bedürfnismuster in Paarbeziehungen sind die Erkenntnisse des Schemakonzepts nach Roediger (2009) und Young et al. (2008) für die vorliegende Arbeit bedeutend. Die Autoren gehen davon aus, dass die internalisierten Schemata in der Kindheit entstehen, bis ins Erwachsenenalter erhalten bleiben und sich durch maladaptive Bewältigungsstrategien und die wiederholende Reinszenierung aversiver Kindheitserfahrungen in erwachsenen intimen Beziehungen verstärken und aufrechterhalten. Dies insbesondere, weil die Schemata alle Bereiche des psychischen Erlebens umfassen und Bestandteil des Selbstkonzepts von Menschen sind, weshalb sich Personen von Partnern angezogen fühlen, die ihnen ähnliche Beziehungsangebote machen wie die primären Bezugspersonen. Vor allem das Schemakonzept mit Paaren schlägt Parallelen zu Willis Kollusionsmodell, indem Roediger (2011b) davon ausgeht, dass sich die Partner gegenseitig als Verursacher ihrer früheren emotionalen Zustände erleben und sich in ihrer Komplementarität verstärken. Insofern kann davon ausgegangen werden, dass Schemata und die dahinter liegenden Grundbedürfnisse als unverarbeitete und unbewusste Grundkonflikte in eine Partnerschaft hineingetragen werden.

Für die vorliegende Arbeit ist Youngs Befund zentral, dass einerseits mehrere Schemata gleichzeitig aktiviert sein können, andererseits Schemata nicht nur bei Menschen mit Persönlichkeitsstörungen auftreten, sondern sich auch bei klinisch unauffälligen Personen durch die Beziehungserfahrungen in der Kindheit entwickeln. Damit steht das Forschungsinteresse im Zentrum, welche Schemakonstellationen und dahinter liegenden Bedürfnismuster sich bei Paaren ohne klinischen Hintergrund manifestieren. Dabei stützt sich die vorliegende Arbeit auf die Definition der 18 Schemata nach Young et al. (2008) und das Bedürfnis-Modell von Grawe (1998, 2004), welches insbesondere von Roediger (2009) ins Schemakonzept implementiert wurde. Die 18 Schemata sind jeweils in 5 Schemadomänen zusammengefasst, welche mit der Nicht-Befriedigung der zentralen emotionalen Grundbedürfnisse Grawes korrelieren. Schemadomäne I umfasst Schemata, die durch die Frustration des Bindungsbedürfnisses entstehen, während die Schemadomänen II und III Schemata beinhalten, die mit mangelnder Befriedigung des

Kontrollbedürfnisses einhergehen, indem die Eltern zu stark kontrollierend (Schemadomäne II) oder zu wenig kontrollierend (Schemadomäne III) wirken. Schemadomäne IV subsumiert Schemata, die aus der Enttäuschung des Bedürfnisses nach Selbstwerterhöhung und Selbstverwirklichung resultieren, während die Schemadomäne V Schemata beinhaltet, die aus der Nicht-Erfüllung des Bedürfnisses nach Lustgewinn/Unlustvermeidung hervorgehen. Jacob (2011), Roediger (2009) und Young et al. (2008) betrachten die Schemata der drei ersten Domänen als unkonditionierte Schemata, die durch den direkten Niederschlag von Erfahrungen in frühesten Kindheit entstehen. Diese bewirken deshalb meist grosse Schädigungen und sind aufgrund der vorsprachlichen Entwicklungsphase schwer zugänglich. Die Schemata der Domänen IV und V betrachten sie als konditionierte Schemata, die sich sekundär durch unbewusste Anpassungsprozesse an die Lebensumstände in der Kindheit oder Adoleszenz und meist als Reaktion auf unkonditionierte Schemata entwickeln.

In Bezug auf das Forschungsinteresse nach den Bewältigungsmustern in Paarbeziehungen ist das Modell der Schemabewältigung nach Young et al. (2008) zentral für die vorliegende Arbeit. Unter Schemabewältigung verstehen Young et al. (2008) Verhalten, das als Reaktion auf die Aktivierung eines Schemas auftritt. Sie unterscheiden drei verschiedene Bewältigungsstrategien, abgeleitet von Stressreaktionen, die im Tierreich zu beobachten sind. Zu den submissiven Bewältigungsstilen zählen sie die Schemaunterwerfung/Sich-Fügen und die Schemavermeidung mit passiv unterwürfigem oder sich der Situation entziehendem Verhalten, während die Schemaüberkompensation eine dominante Bewältigungsstrategie mit manipulativem, kontrollierendem und dominantem Verhalten darstellt. Mit dem Moduskonzept und dem darin enthaltenen Modus des Gesunden Erwachsenen werden die drei maladaptiven Bewältigungsstrategien um eine adaptive, flexible Bewältigungsmöglichkeit ergänzt. In Anlehnung an Kernbergs Konzept der Persönlichkeitsstruktur (1988) versteht Roediger (2011a) den Modus des Gesunden Erwachsenen als höheres Ich-Funktionsniveau. Im Modus des Gesunden Erwachsenen gelingt es Personen, flexibel zwischen den drei Bewältigungsstilen zu wechseln, abgespaltene Selbstanteile zu integrieren und die emotionalen Grundbedürfnisse mit dem Erwachsenenalter entsprechenden Bewältigungsmechanismen angemessen zu befriedigen. Insofern ist es das Therapieziel der Schematherapie den Modus des Gesunden Erwachsenen anzustreben, damit insbesondere in Paarbeziehungen die Partner je nach Bedürfnis flexibel zwischen regressiver und progressiver, bzw. submissiver und dominanter Position wechseln können und sich dabei gegenseitig angemessen nachbeuern im Sinne der Bedürfnisbefriedigung durch den Partner.

In Paarbeziehungen differenziert Roediger (2010) fünf Bewältigungsmuster, die für die vorliegende Arbeit grosse Relevanz haben. Als häufigsten Bewältigungszirkel bezeichnet er die Konstellation bei der sich Überkompensation des einen Partners mit Unterwerfung des anderen Partners im Sinne eines komplementären Musters paart. Als

weiteres komplementäres Beziehungsmuster definiert er die Konstellation, bei der Überkompensation auf Vermeidung trifft. Symmetrische Konstellationen entstehen durch das Zusammentreffen von Überkompensation bei beiden Partnern und Vermeidung bei beiden Partnern. In gesunden Paarbeziehungen weisen nach Roediger (2010) die Partner den Modus des Gesunden Erwachsenen auf, wobei es den Partnern gelingt, die Bedürfnisse zu benennen und diese angemessen zu befriedigen.

Auf der Grundlage des theoretischen Erkenntnisgewinns widmen sich die folgenden Kapitel der empirischen Umsetzung der Untersuchung. Abgeleitet vom theoretischen Hintergrund werden die Fragestellungen und Hypothesen der Arbeit formuliert, operationalisiert und das methodische Vorgehen beschrieben, damit Aussagen zu Beziehungsmustern in Paarbeziehungen auf der Grundlage schematherapeutischer Konzepte gemacht werden können.

5 Methodisches Vorgehen

Dieses Kapitel widmet sich der empirischen Umsetzung der vorliegenden Arbeit. Auf der Basis des theoretischen Hintergrundes und im Hinblick auf das Forschungsinteresse bezüglich der Erfassung von Beziehungsmustern in Paarbeziehungen auf der Grundlage schematherapeutischer Konzepte, werden die der Arbeit zugrunde liegende Fragestellungen und Hypothesen formuliert und operationalisiert. Das Forschungsdesign und die Fragebogen zur Erfassung der Schema-, Bewältigungs- und Bedürfnismuster werden vorgestellt. In einem weiteren Schritt folgen die Beschreibung der Stichprobenauswahl sowie die Vorgehensweise bei der Datenerhebung, der Datenaufbereitung und Datenauswertung.

5.1 Fragestellung und Hypothesen der Arbeit

Ziel der vorliegenden Arbeit ist es, einen ersten empirischen Anhaltspunkt zu Beziehungsmustern in Paarbeziehungen auf der Grundlage schematherapeutischer Konzepte zu gewinnen. Dabei fokussiert die Arbeit die drei Ebenen der Schematherapie, welche durch die Schemata, die dahinter liegenden emotionalen Grundbedürfnisse und die Schemabewältigung definiert sind.

Das Interesse der Untersuchung gilt der Erfassung von Schemakonstellationen, die sich durch das Zusammentreffen von zwei Menschen mit je individuellen Schemata in Paarbeziehungen ergeben. Weiter interessieren die Bedürfnismuster in Paarbeziehungen, die den Schemata zugrunde liegen und an der Entstehung der Schemata beteiligt sind. Da bisher noch keine empirischen Erkenntnisse hierzu vorhanden sind, werden die entsprechenden Fragestellungen und Hypothesen weitgehend offen formuliert, wobei

angenommen wird, dass es sich bei den aktivierten Schema- und Bedürfnismustern um unbearbeitete Konflikte handelt, die in Paarbeziehungen reinszeniert werden. Es lassen sich für die vorliegende Arbeit folgende Fragestellungen und Hypothesen festhalten:

1a Welche Schemakonstellationen manifestieren sich in Paarbeziehungen?

1b Welche Verteilung weisen die Schemakonstellationen in Paarbeziehungen auf?

Hypothese: Einzelne Schemakonstellationen treten in Paarbeziehungen gehäuft auf.

2a Welche den Schemata zugrunde liegenden Bedürfniskonstellationen manifestieren sich in Paarbeziehungen?

2b Welche Verteilung weisen die Bedürfniskonstellationen in Paarbeziehungen auf?

Hypothese: Einzelne Bedürfniskonstellationen treten in Paarbeziehungen gehäuft auf.

Als dritter Schwerpunkt interessieren die Bewältigungsmuster, welche in Paarbeziehungen aus dem Zusammentreffen zweier Menschen mit individuellen Bewältigungsstilen im Umgang mit Schemata und ungestillten Bedürfnissen hervorgehen. Dabei stützt sich die Arbeit auf die Annahme Roedigers (2010), dass sich die häufigsten Bewältigungszirkel in Paarbeziehungen durch das Zusammentreffen von Überkompensation des einen Partners und Unterwerfung des anderen Partners im Sinne eines komplementären Musters ergeben. Bestärkt wird diese Beobachtung Roedigers durch verschiedene Untersuchungen (Dryer & Horowitz, 1997; Millwood & Waltz, 2008; Willi, 2010), die zeigen, dass die häufigsten Beziehungsformen auf dem Zusammentreffen von Dominanz und Submissivität basieren, womit sich komplementäre Interaktionszirkel mit gegensätzlichen Verhaltensweisen zeigen. Basierend auf diesen Erkenntnissen werden in der vorliegenden Arbeit die drei Schemabewältigungsstile Unterwerfung/Sich-Fügen, Schemavermeidung und Schemaüberkompensation in die zwei Kategorien der Dominanz und Submissivität zusammengefasst, wobei die Schemaüberkompensation der Dominanz und die Schemavermeidung sowie Unterwerfung/Sich-Fügen der Submissivität zugeordnet werden. Daraus abgeleitet lassen sich für die vorliegende Arbeit folgende Fragestellungen und Hypothese ableiten:

3. Welche Bewältigungszirkel treten in Paarbeziehungen am häufigsten auf?

3.1 Welche Bewältigungskonstellationen treten bei den häufigsten Schemakonstellationen auf?

3.2 Welche Bewältigungskonstellationen treten bei den häufigsten Bedürfniskonstellationen auf?

Hypothese: Der Bewältigungszirkel der komplementär submissiv-dominanten Interaktion kommt in Paarbeziehungen am häufigsten vor.

Die vorliegende Arbeit beschränkt sich auf die Untersuchung der Beziehungsmuster bei gesunden Paaren, sprich Paaren, die klinisch unauffällig sind. Insofern interessiert, welche Bedürfnis- und Bewältigungsmuster unter Berücksichtigung der Partnerschaftszufriedenheit und der Beziehungsqualität in Paarbeziehungen vorkommen. Die bisherigen Befunde zeigen, dass sowohl komplementäre als auch symmetrische Bedürfnisstrukturen die gegenseitige Bedürfnisbefriedigung in Paarbeziehungen und somit eine hohe Partnerschaftsqualität ermöglichen. Daraus lässt sich für die vorliegende Arbeit eine vierte Fragestellung wie folgt ableiten:

4. *Welche Bedürfnis- und Bewältigungskonstellationen treten bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren auf, welche bei Paaren mit einer hohen und einer eher geringen Partnerschaftsgesamtqualität?*

Hypothese: Zufriedene Paare, bzw. Paare mit einer hohen Partnerschaftsqualität weisen andere Bedürfniskombinationen und Bewältigungsstrategien auf als unzufriedene Paare, bzw. Paare mit einer eher geringen Partnerschaftsgesamtqualität.

5.2 Forschungsdesign

Die Schematherapie ist eine junge Psychotherapiemethode, die bislang noch wenig beforscht wurde. Insbesondere weist die Forschung Lücken bezüglich Beziehungsmuster in Paarbeziehungen auf der Basis von schematherapeutischen Konzepten auf. Deshalb ist es Ziel der vorliegenden Arbeit einen ersten empirischen Anhaltspunkt zu Schema-, Bedürfnis- und Bewältigungsmustern in Paarbeziehungen zu gewinnen, weshalb es sich bei dieser Arbeit um eine quantitative, nicht experimentelle, explorative Studie handelt. Im Sinne eines ersten Überblicks werden die Daten in einer Querschnittsuntersuchung mit einer einmaligen Erhebung erfasst und deskriptiv ausgewertet.

5.3 Untersuchungsinstrument

Das Untersuchungsinstrument soll die Schemata, die Bedürfnisse, die Bewältigungsstile sowie die Partnerschaftszufriedenheit und Beziehungsqualität von gesunden Paaren erfassen. Zu diesem Zweck werden die Daten mit einem quantitativen, schriftlichen Fragebogen erhoben, der aus vier Teilen besteht: 1) aus einem Einführungsteil mit Kurzanamnese zu soziodemografischen und partnerschaftlichen Merkmalen, um die Stichprobe zu beschreiben; 2) dem Young Schema Questionnaire Kurzform (YSQ-S3) von Young (2006), in der deutschen Fassung von Berbalk, Grutschpalk, Parfy und Zarbock (2010) zur Erfassung der Schemata; 3) dem Schema Mode Inventory (SMI) von Young, Arntz, Atkinson et al. (2007), in der deutschen Fassung von Rothemund, Pillmann, Dominiak und Jacob (2010) zur Erfassung der Schemabewältigungsstile sowie 4) dem

Partnerschaftsfragebogen (PFB) von Hahlweg (1996), um die Partnerschaftszufriedenheit, bzw. Partnerschaftsqualität zu erheben.

Im Folgenden werden die einzelnen Fragebögen dargestellt. Der detaillierte Fragebogen ist im Anhang B aufgeführt.

5.3.1 Kurzanamnese

Um die Stichprobe zu beschreiben, werden in einer Kurzanamnese einige soziodemographische Merkmale wie Geschlecht, Alter, Nationalität, höchster Bildungsabschluss, aktuelle Erwerbstätigkeit, aktueller Beruf, Familienstand mit der aktuellen Partnerin/dem aktuellen Partner, Partnerschaftsdauer sowie Anzahl und Alter der Kinder erfragt. Da nur klinisch unauffällige Paare in die Stichprobe aufgenommen werden, wird weiter erfasst, ob sich die Personen gegenwärtig wegen körperlicher oder seelischer Probleme in medizinischer oder psychotherapeutischer/psychiatrischer, ambulanter, teilstationärer oder stationärer Behandlung befinden und ob sie mit ihrer Partnerin/ihrem Partner eine Paarberatung oder Paartherapie aufsuchen. In Anlehnung an das „Terman-Item“ (Terman, 1938; zit. nach Hahlweg, 1996) wird die subjektive Partnerschaftszufriedenheit anhand einer Likert-Skala mit 6 Antwortkategorien von 0 (sehr unzufrieden) bis 5 (sehr zufrieden) erhoben. Damit ermittelt werden kann, welche Partner zusammen gehören, wird ein 16-stelliger Partnerschaftscode erhoben, bestehend aus dem Geburtsdatum beider Partner, wobei mit jenem der älteren Person begonnen wird.

5.3.2 Young Schema Questionnaire Kurzform (YSQ-S3)

Der YSQ wurde von Young et al. (2006) entwickelt und dient zur Erfassung der aktivierten Schemata. Mit Genehmigung von Dr. phil. G. Zarbock (IVAH Institut für Verhaltenstherapie-Ausbildung Hamburg) wird für die vorliegende Arbeit die deutsche Fassung von Berbalk et al. (2010) verwendet. Die Kurzform des Schema Young Questionnaire (YSQ-S3) beinhaltet 90 Items, die jeweils auf einer Likert-Skala mit 6 Antwortkategorien von 1 (völlig unzutreffend) bis 6 (genau zutreffend) beantwortet werden. Die 90 Items werden in 18 Schema-Skalen zusammengefasst, wobei jede Skala fünf Items subsumiert. Die dahinter liegenden Bedürfnisse ergeben sich durch die Zuordnung des Schemas mit dem höchsten Summenwert zur jeweiligen Schemadomäne, wie in Tabelle 1, bzw. Kapitel 4.4 und Kapitel 4.5 beschrieben. Der YSQ wird im Rahmen der Einzel- und Paartherapie sowie zu Forschungszwecken eingesetzt, wobei die lange Form für die klinische Diagnose und als Instrument im Therapieprozess aufgrund der feineren Differenzierung geeigneter ist, während sich die Kurzform besser für die Forschung anbietet (Young et al., 2008). Wie in Kapitel 4.10 beschrieben, wurde der YSQ in mehreren Studien validiert und faktorenanalytisch überprüft, wobei er eine gute konvergente und diskriminante Validität aufwies.

5.3.3 Schema Mode Inventory (SMI)

Der SMI wurde von Young et al. (2007) entwickelt und dient der Erfassung der aktivierten Schemamodi. Mit Genehmigung von Dr. Gitta Jacob (International Society for Schema Therapy) wird in der vorliegenden Arbeit die deutsche Version von Rothemund et al. (2010) verwendet. Der SMI wird hauptsächlich im Rahmen der Einzel- und Paartherapie verwendet, wobei er als Diagnoseinstrument der in der Sitzung aktivierten Schemamodi dient. Der ganze Fragebogen umfasst 118 Items, mit denen die Häufigkeiten von Verhaltensweisen auf einer Likert-Skala mit 6 Antwortkategorien von 1 (nie oder fast nie) bis 6 (immer) erfragt werden. In der Testauswertung werden die 118 Items den Skalen der Schemamodi zugeordnet, welche, wie in Abbildung 1 dargestellt, die Inneren-Kind-Modi, die Inneren-Eltern-Modi, die Bewältigungsmodi sowie den Modus des Gesunden Erwachsenen beschreiben. In der vorliegenden Arbeit werden lediglich jene Items verwendet, welche die Bewältigungsmodi Unterwerfung, Distanzierter Beschützer, Distanzierter Selbstberuhiger, Selbsterhöher, Einschüchterer und Gesunder Erwachsener definieren. Nach dem Moduskonzept von Roediger (2009; vgl. Abbildung 1) beschreibt die SMI Skala der Unterwerfung den Schemabewältigungsstil Unterwerfung/Sich-Fügen, während die SMI Skalen Distanzierter Beschützer und Distanzierter Selbstberuhiger den Schemabewältigungsstil der Schemavermeidung charakterisieren. Die SMI Skalen Selbsterhöher und Einschüchterer werden dem Schemabewältigungsstil der Überkompensation zugeordnet, während die Skala des Gesunden Erwachsenen ein eigenständiger Bewältigungsmodus darstellt. Obwohl der SMI grosse Verbreitung in der klinischen Praxis aufweist, wurde er nur wenig empirisch überprüft, wobei erste Resultate der Konstruktvalidität von Lobbestael, Vreeswijk und Arntz (2008) vorliegen.

5.3.4 Partnerschaftsfragebogen (PFB)

Der PFB wurde von Hahlweg (1996) zur Einschätzung der Partnerschaftsqualität entwickelt und wird insbesondere zur Diagnosestellung und Therapieevaluation in der Paartherapie sowie für Forschungszwecke verwendet. Der Fragebogen besteht aus 30 Items, welche Verhaltensweisen in der Paarbeziehung beschreiben und auf einer Likert-Skala mit vier Antwortkategorien von 0 (nie/sehr selten) bis 3 (sehr oft) beantwortet werden. Zusätzlich enthält der Fragebogen ein Item zur globalen Glückseinschätzung nach Terman (1938). Die 30 Items werden 3 Skalen zugeordnet, welche das Streitverhalten, Zärtlichkeit sowie Gemeinsamkeit/Kommunikation in einer Paarbeziehung beschreiben (vgl. Kapitel 2.5.2). Aus den drei Skalen, welche verschiedene Komponenten der Ehequalität charakterisieren, kann ein Gesamtwert der globalen Partnerschaftsqualität berechnet werden. Verschiedenen Untersuchungen zufolge weist der PFB eine hohe Konstruktvalidität, eine hohe interne Konsistenz sowie eine gute diskriminative und prognostische Validität auf (Hahlweg, 1996).

5.3.5 Testung des Fragebogens

In einer Vorlaufphase wurde der Fragebogen an drei Paaren und einer Einzelperson getestet. Es ergab sich eine durchschnittliche Bearbeitungsdauer von 30-40 Minuten. Rückmeldungen ergaben, dass der Fragebogen verständlich aufgebaut ist und die Fragen relativ leicht beantwortet werden können. Somit wurden keine Änderungen im Fragebogen vorgenommen.

5.4 Stichprobenauswahl

Um das Optimum an statistischer Aussagekraft zu erreichen, wäre gemäss Poweranalyse für Chi-Quadrat (χ^2) Tests, die als Voraussetzung eine erwartete Häufigkeit von mindestens $n = 5$ für jede Kategorie vorschreiben (Ho, 2006), eine Stichprobengrösse von mindestens $n = 1710$ Paaren erforderlich, um die Signifikanz der Häufigkeiten der Schema-, Bedürfnis- und Bewältigungskonstellationen zu berechnen. Deshalb wird in der vorliegenden Arbeit eine grösst mögliche Stichprobe angestrebt, wobei die am häufigsten auftretenden Phänomene in die Berechnungen einfließen.

In der vorliegenden Arbeit werden Schema-, Bedürfnis- und Bewältigungsmuster untersucht, die in Beziehungen klinisch unauffälliger Paare auftreten, also bei Paaren, die nicht in einer teilstationären oder stationären Behandlung sind. In die Stichprobe eingeschlossen werden deutschsprachige Personen in Paarbeziehungen ab 18 Jahren mit unbeschränkter Altersgrenze nach oben, wobei die Einschlusskriterien weitgehend offen gehalten und Paare unabhängig von der Kinderzahl, Partnerschaftsdauer, Zivilstand, Wohnform, Bildung, Berufstätigkeit sowie psychischem, körperlichem und partnerschaftlichem Wohlbefinden in die Stichprobe eingeschlossen werden. Aus der Stichprobe ausgeschlossen werden lediglich Personen, bzw. Paare, die aufgrund akuter psychischer, partnerschaftlicher oder körperlicher Beschwerden in einer stationären oder teilstationären Behandlung sind. Das Thema Homosexualität wird in der Arbeit nicht speziell behandelt, womit homosexuelle und heterosexuelle Paare in die Stichprobe eingeschlossen werden.

5.5 Datenerhebung

Die Daten werden in einer Querschnittsuntersuchung mit einer einmaligen Erhebung erfasst. Die Datenerhebung erfolgt online auf www.surveymonkey.com, einer Online-Plattform zur Erstellung und Verwaltung empirischer Umfragen. In Einzelfällen werden zudem Print-Fragebogen verwendet. Zu Beginn des Fragebogens folgt eine kurze Information zum Sinn und Zweck der Untersuchung, sowie die Zusicherung der Anonymität und die vertrauliche Behandlung der Daten (vgl. Fragebogen Anhang B). Die Teilnehmenden werden angehalten, den Fragebogen unabhängig von der Partnerin/dem Partner auszufüllen, allerdings einen Partnerschaftscode anzugeben, bestehend aus den

Geburtsdaten beider Partner, beginnend mit jenem der älteren Person, damit die Zusammengehörigkeit der Partner ermittelt werden kann. Aufgrund der anonymen Erfassung der Daten sind keinerlei Rückschlüsse auf die Personen möglich. Im Rahmen der Untersuchung werden 10 schriftliche Partnerschaftsanalysen verlost, wobei Paare, welche am Wettbewerb teilnehmen wollen, am Schluss des Fragebogens optional ihre Email-Adresse angeben können.

Der Fragebogen wird grossflächig verteilt und im Zeitraum vom 24.01.2011 bis 10.04.2011 einer möglichst breiten Öffentlichkeit zugänglich gemacht. Die Zeitschrift *annabelle* (6/11, S. 31) publiziert ein Interview mit der Autorin der vorliegenden Arbeit zum Thema Schematherapie und Beziehungsmuster, verbunden mit einem Aufruf zur Teilnahme an der Untersuchung (vgl. Artikel im Anhang C). Weiter wird der Online-Fragebogen per Email an alle Studierende und Mitarbeitende der gesamten ZHAW, an die Mitglieder des Schweizerischen Berufsverbandes für Angewandte Psychologie SBAP sowie an den Freundeskreis der Autorin versandt. Ferner folgen Aufrufe auf Online-Portalen und Social Community Websites wie Facebook, www.ronorp.ch, www.students.ch, www.marktplatz.uzh.ch, www.psychologie-heute.de und www.familien-forum.ch. Zwei Paarberatungs- und Paartherapiestellen (Zentralstelle für Ehe- und Familienberatung in Zürich und Dr. med. Matthias Neuenschwander, Paartherapeut in Bern) sowie das Geburtshaus Zürcher Oberland in Bäretswil und die Hebammenpraxis Rondo in Pfäffikon ZH erklären sich bereit, den Print-Fragebogen an ihre Paare abzugeben oder im Wartezimmer aufzulegen. Ein genauer Zeitplan der Datenerhebung ist in Tabelle 2 aufgeführt.

Tabelle 2 *Zeitplan der Datenerhebung*

<i>Plattform</i>	<i>Rubrik/Zielgruppe/Form</i>	<i>Bezeichnung</i>	<i>von/am</i>	<i>bis</i>
ZHAW Email	Alle Studierende und Mitarbeitende	Aufruf	26.01.2011	
	Alle Studierende	Reminder	01.03.2011	
SBAP Email	Alle Mitglieder	Aufruf	02.02.2011	
Zeitschrift <i>annabelle</i>	6/11, S. 31	Aufruf	23.03.2011	10.04.2011
Psychologie Heute	online	Aufruf	02.02.2011	10.04.2011
www.marktplatz.uzh.ch	online	Aufruf	24.01.2011	10.04.2011
www.ronorp.ch	online	Aufruf	24.01.2011	10.04.2011
www.familien-forum.ch	online	Aufruf	03.02.2011	10.04.2011
Freundeskreis Email	online	Aufruf	24.01.2011	
Freundeskreis Facebook	online	Aufruf	24.01.2011	
		Reminder	14.02.2011	
		Reminder	24.02.2011	
		Reminder	04.03.2011	
Nachbarn	Print-Fragebogen	Aufruf	02.02.2011	
Zentralstelle für Ehe- und Familienberatung	Print-Fragebogen	Aufruf	13.02.2011	10.04.2011
M. Neuenschwander, Paartherapeut	Print-Fragebogen	Aufruf	08.02.2011	10.04.2011
Geburtshaus Bäretswil	Print-Fragebogen	Aufruf	17.02.2011	10.04.2011
Hebammenpraxis Rondo	Print-Fragebogen	Aufruf	02.02.2011	10.04.2011

5.6 Datenaufbereitung und -auswertung

Die Datenauswertung erfolgt mit SPSS 19 für Macintosh, wobei die Daten von SurveyMonkey via Excel-Download ins SPSS übertragen und die Stringvariablen von SurveyMonkey in numerische Ausdrücke umcodiert werden. Dabei wird das Alter der Partner, die Beziehungsdauer sowie das Alter der Kinder, welche jeweils in Jahren und Monaten angegeben sind, in Dezimalstellen umgerechnet (1 Monat : 12 = 0.083 für 1/12 Jahr). Da sich in der vorliegenden Arbeit ein Paar nicht immer aus einem Mann und einer Frau zusammensetzt, sondern auch aus zwei Männern bzw. zwei Frauen bestehen kann, wird in der Auswertung die Paarbezeichnung von Partner1 und Partner2 verwendet. Den Männern in heterosexuellen Beziehungen wird dabei das Label Partner1, den Frauen das Label Partner2 zugeschrieben. Die Zuschreibung bei homosexuellen Paaren wird nach dem Zufallsprinzip vorgenommen. Grundsätzlich kommen für die explorative Beantwortung der Fragestellungen deskriptive Statistiken mit Häufigkeitsberechnungen (Field, 2009) und Chi-Quadrat (χ^2) Operationen (Ho, 2006) zum Einsatz. Das detaillierte Vorgehen der Datenauswertung gestaltet sich wie folgt:

5.6.1 Beschreibung der Stichprobe

Zunächst werden die Stichprobengrösse mit Berücksichtigung der Dropout-Rate sowie die soziodemographischen und partnerschaftlichen Merkmale der Stichprobe mittels deskriptiver Statistik mit Mittelwert, Standardabweichungen, Maximum, Minimum sowie Häufigkeiten in Prozentangaben nach Field (2009) beschrieben.

In einem weiteren Schritt folgt die Darstellung der Partnerschaftszufriedenheit und Partnerschaftsqualität. Zu diesem Zweck werden die Daten des PFB gemäss Testanweisung von Hahlweg (1996) ausgewertet, wobei die Summenwerte der Skalen Streitverhalten, Zärtlichkeit und Gemeinsamkeit/Kommunikation durch das Aufsummieren der Items pro Skala berechnet werden. Der Gesamtwert für die Gesamtbeziehungsqualität wird mit der Formel $GW = (30 - \text{Skalenwert Streitverhalten}) + \text{Skalenwert Zärtlichkeit} + \text{Skalenwert Gemeinsamkeit/Kommunikation}$ berechnet. Die einzelnen Skalen, die Gesamtbeziehungsqualität, die Variablen Partnerschaftszufriedenheit und Partnerschaftsglück werden anschliessend mit deskriptiver Statistik ausgewertet. Für die Interpretation der Ergebnisse werden die Kennwerte der nicht klinischen Normstichprobe von Hahlweg (1996) herangezogen.

5.6.2 Schemakonstellationen, Fragestellung 1

Um die Schemakonstellationen der Paare zu ermitteln, wird zunächst das Hauptschema der Einzelpersonen eruiert. Nach Anweisung von Young (2006), bzw. Berbalk et al. (2010) werden die 18 Schemata durch das Aufsummieren der einzelnen Fragen des

YSQ-S3 pro Schema-Skala berechnet. Das wichtigste Schema ergibt sich aus derjenigen Skala mit dem höchsten Summenwert. Dieses wird in Form von Nominaldaten in eine neue Variable codiert. Da es sich bei den Paaren um abhängige Stichproben handelt, werden anschliessend die Schemakombinationen pro Paar als Nominaldaten von Hand ins SPSS eingegeben unter Bezug einer vorgängig erstellten Tabelle (Tabelle 21 im Anhang), welche die Wertelabel sämtlicher möglicher Schemakonstellationen enthält.

Nachdem die Hauptschemata der Einzelpersonen und die Schemakonstellationen der Paare ermittelt sind, wird die Häufigkeitsverteilung der Schemata der Einzelpersonen, sowie die Häufigkeitsverteilung der Schemakombinationen der Paare mit deskriptiver Statistik unter Angabe der Häufigkeiten in Prozenten (Field, 2009) berechnet.

Mit zusätzlichen Berechnungen wird die Signifikanz der häufigsten Schemakonstellationen mit non-parametrischen Chi-Quadrat (χ^2) Tests (Field, 2009; Ho, 2006) geprüft, um die Unterschiede in der Häufigkeit des Auftretens der Schemata innerhalb der Schemakonstellationen zwischen Partner1 und Partner2 zu untersuchen. Dabei wird die Variable Partnertyp als unabhängige Variable mit den dichotomen Kategorien Partner1 und Partner2 betrachtet, während die Schemakonstellationen mit je zwei Kategorien als abhängige Variable behandelt werden. Nach Ho (2006) werden Chi-Quadrat (χ^2) Tests insbesondere für Nominaldaten eingesetzt, wo die Signifikanz von Häufigkeiten bzw. der Zusammenhang zwischen zwei kategorialen Variablen geprüft werden soll. Als Voraussetzung für Chi-Quadrat (χ^2) Tests ist eine erwartete Häufigkeit von mindestens $n = 5$ für jede Kategorie erforderlich, was bei der vorliegenden Stichprobe für die fünf häufigsten Schemakonstellationen zutrifft. Schemakonstellationen, in denen das gleiche Schema bei beiden Partnern aufeinander trifft, wie beispielsweise die Schemakonstellation 169 und 157 werden in den Chi-Quadrat (χ^2) Tests weggelassen, da sie auf jeden Fall signifikant sind. Die Effektstärken des Zusammenhangs zwischen den Variablen werden nach Cohen (1988) berechnet, wobei seine Referenzwerte als Grundlage zur Interpretation dienen ($\varphi = .1 \approx$ klein/schwacher Zusammenhang; $\varphi = .3 \approx$ mittlerer Zusammenhang; $\varphi = .5 \approx$ grosser/starker Zusammenhang).

Ferner werden die Unterschiede in der Häufigkeit des Auftretens der drei häufigsten Einzel-Schemata zwischen Männern und Frauen mit Chi-Quadrat (χ^2) Tests (Field, 2009; Ho, 2006) geprüft.

5.6.3 Bedürfniskonstellationen, Fragestellung 2

Die Schemata werden von Roediger (2009) und Young et al. (2008) den einzelnen emotionalen Grundbedürfnissen zugeordnet, wie in Tabelle 1 (vgl. Kapitel 4.4) abgebildet. Zunächst wird das Hauptschema der Einzelpersonen anhand Tabelle 1 dem zugrunde liegenden Grundbedürfnis zugeordnet, wobei dieses mit Nominaldaten in eine neue Variable eingegeben wird. Anschliessend wird die Bedürfniskonstellation pro Paar ermit-

telt. Da es sich bei den Paaren um abhängige Stichproben handelt, werden die Bedürfniskombinationen als Nominaldaten von Hand ins SPSS eingegeben, unter Bezug vor­gängig definierter Wertelabel der einzelnen Kombinationen, wie in Tabelle 3 darge­stellt:

Tabelle 3 *Bedürfniskonstellationen Wertelabel*

Bedürfnis	<i>Bindung</i>	<i>Kontrolle</i>	<i>Selbstwerterhöhung</i>	<i>Lustgewinn</i>
<i>Bindung</i>	1			
<i>Kontrolle</i>	2	5		
<i>Selbstwerterhöhung</i>	3	6	8	
<i>Lustgewinn</i>	4	7	9	10

Nach der Ermittlung der Bedürfnisse der Einzelpersonen und der Bedürfniskonstellatio­nen der Paare, wird die Häufigkeitsverteilung der Grundbedürfnisse der Einzelpersonen, sowie die Häufigkeitsverteilung der Bedürfniskombinationen der Paare mit deskriptiver Statistik unter Angabe der Häufigkeiten in Prozenten (Field, 2009) berechnet.

Analog der Chi-Quadrat (χ^2) Berechnungen der Schemakonstellationen wird mit zusätzlichen Berechnungen die Signifikanz der häufigsten Bedürfniskonstellationen mit Chi-Quadrat (χ^2) Tests (Field, 2009; Ho, 2006) geprüft, um die Unterschiede in der Häufigkeit des Auftretens der Bedürfnisse innerhalb der Bedürfniskonstellationen zwi­schen Partner1 und Partner2 zu untersuchen. Ferner werden auch die Unterschiede in der Häufigkeit des Auftretens der einzelnen Grundbedürfnisse zwischen Männern und Frauen mit Chi-Quadrat (χ^2) Tests untersucht.

5.6.4 Bewältigungskonstellationen, Fragestellung 3

Die Ermittlung der Bewältigungsmuster in Paarbeziehungen erfolgt in fünf Schritten. Zunächst werden die Bewältigungs-Skalen des SMI nach Anweisung von Young et al. (2007), bzw. Rothmund et al. (2010) berechnet, wobei der Mittelwert der zur jeweili­gen Skala gehörenden Items den Skalenwert bildet. In einem zweiten Schritt wird der SMI-Bewältigungsmodus der Einzelpersonen ermittelt, wobei der höchste Wert der sechs SMI Skalen Unterwerfer, Distanzierter Beschützer, Distanzierter Selbstberuhiger, Selbsterhöher, Einschüchterer und Gesunder Erwachsener den Bewältigungsstil ergibt. Bei jenen Personen, die den Modus des Gesunden Erwachsenen als Bewältigungsstrate­gie aufweisen, wird zusätzlich jener Bewältigungsmodus codiert, der neben dem Ge­sunden Erwachsenen den höchsten Skalenwert aufweist, da interessiert, welche Struktu­ren hinter dem Gesunden Erwachsenen liegen. In einem dritten Schritt werden die SMI-Bewältigungsmodi der Einzelpersonen analog des Modusmodells von Roediger (2009; vgl. Abbildung 1) in die Schemabewältigungsversuche Unterwerfung/Sich-Fügen, Vermeidung und Überkompensation umcodiert. Der Bewältigungsmodus der SMI Skala

Unterwerfer wird als Schemabewältigungsstil Unterwerfung/Sich-Fügen codiert; der Bewältigungsmodus der SMI Skalen Distanzierter Beschützer und Distanzierter Selbstberuhiger wird als Schemabewältigungsstil Vermeidung codiert; der Bewältigungsmodus der SMI Skalen Selbsterhöher und Einschüchterer wird als Schemabewältigungsstil Überkompensation codiert, während die SMI Skala Gesunder Erwachsener einen eigenen Bewältigungsmodus darstellt. Nach der Ermittlung der Bewältigungsstrategie der Einzelpersonen werden in einem vierten Schritt die drei Schemabewältigungsstile nach Young et al. (2008) aufgrund ihres dominanten oder eher unterwürfigen, vermeidenden Charakters in Anlehnung an die Theorie zwischenmenschlicher Interaktionen (vgl. Kapitel 3.1, 3.2, 4.6) in die Kategorien Dominanz und Submissivität zusammengefasst. Dabei werden Unterwerfung/Sich-Fügen und Schemavermeidung als Submissivität und Überkompensation als Dominanz codiert (vgl. Tabelle 4). Der Bewältigungsmodus des Gesunden Erwachsenen wird dabei separat behandelt, da er ein anderes Konstrukt beschreibt. Anschliessend wird mit Häufigkeitsberechnungen unter Angabe der Häufigkeiten in Prozenten (Field, 2009) dargestellt, wie die Bewältigungsstile der Einzelpersonen verteilt sind, einmal mit und einmal ohne Berücksichtigung des Modus des Gesunden Erwachsenen.

Tabelle 4 *Bewältigungsstile*

<i>Bewältigungsstile nach Young</i>	<i>Zusammengefasst in dominanten und submissives Verhalten</i>
Überkompensation	Dominanz
Unterwerfung	Submissivität
Vermeidung	Submissivität
Gesunder Erwachsener	-

Im fünften Schritt werden die Bewältigungskonstellationen der Paare ermittelt, welche durch das Zusammentreffen von Dominanz und Submissivität zustande kommen. Dabei wird der Bewältigungsmodus des Gesunden Erwachsenen nicht mehr berücksichtigt. Insgesamt ergeben sich aus den zwei Verhaltensweisen drei Bewältigungskonstellationen. 1) Die symmetrisch-dominante Bewältigungskonstellation bestehend aus zwei dominanten Partnern, 2) die komplementär submissiv-dominante Bewältigungskonstellation bestehend aus einem submissiven und einem dominanten Bewältigungsstil und 3) die symmetrisch-submissive Bewältigungskonstellation bestehend aus zwei submissiven Partnern. Da es sich bei den Konstellationen um abhängige Stichproben handelt, wird die Bewältigungskonstellation für jedes Paar von Hand ermittelt, ins SPSS übertragen und mittels Häufigkeitsberechnungen (Field, 2009) ausgewertet.

Analog der Chi-Quadrat (χ^2) Berechnungen der Schema- und Bedürfniskonstellationen wird mit zusätzlichen Berechnungen die Signifikanz der Unterschiede in der Häufigkeit des Auftretens der komplementären submissiv-dominanten Bewältigungs-

konstellation zwischen Partner1 und Partner2 berechnet. Ferner werden die Unterschiede in der Häufigkeit des Auftretens der einzelnen Bewältigungsstile Dominanz, Submissivität und Gesunder Erwachsener zwischen Männern und Frauen mit Chi-Quadrat (χ^2) Tests (Field, 2009; Ho, 2006) geprüft.

Die Berechnungen zur Fragestellung, welche Bewältigungszirkel bei den häufigsten Schema- und Bedürfniskonstellationen auftreten (Frage 3.1, Frage 3.2), erfolgen mit jenen Paaren, bei denen ein Hauptschema vorhanden ist, also $n = 306$ Personen (bzw. $n = 153$ Paare), bzw. mit jenen Paaren, bei denen ein Hauptbedürfnis vorhanden ist, also $n = 308$ Personen (bzw. $n = 154$ Paare). Paare, die mehrere Hauptschemata/Hauptbedürfnisse aufweisen, werden aus Komplexitätsgründen nicht berücksichtigt. Aufgrund der geringen Stichprobengrösse bei den Schema- und Bedürfniskonstellationen werden für die Beantwortung der Fragestellung nur die zwei häufigsten Schemakonstellationen, Konstellation 155 und Konstellation 169 (vgl. Tabelle 8), sowie die drei häufigsten Bedürfniskonstellationen, Konstellation 8, Konstellation 9 und Konstellation 10 (vgl. Tabelle 10), verwendet. Diese Konstellationen werden aus dem Datenfile herausgefiltert, um danach die Häufigkeiten der im gefilterten Datenfile noch vorhandenen Schema- und Bedürfniskonstellationen zu berechnen.

5.6.5 Partnerschaftsqualität mit Bedürfnis- und Bewältigungskonstellationen, Fragestellung 4

Um diese Fragestellung zu beantworten, werden zunächst die zufriedenen und unzufriedenen Paare separat betrachtet, indem sie aus dem Datenfile herausgefiltert werden und anschliessend die Häufigkeiten (Field, 2009) der Bedürfnis- und Bewältigungskonstellationen berechnet werden. Paare mit hoher bzw. eher geringer Partnerschaftsqualität werden ebenfalls in zwei Gruppen geteilt, indem der Mittelwert der PFB-Gesamtskala der Gesamtstichprobe als Cut-Off-Wert gesetzt wird. Paare mit hoher Partnerschaftsqualität, deren PFB-Gesamtwert über dem Mittelwert der Stichprobe liegt sowie Paare mit geringer Partnerschaftsqualität, deren PFB-Gesamtwert unterhalb des Stichprobenmittelwerts liegt, werden herausgefiltert und anschliessend die Häufigkeiten der Bedürfnis- und Bewältigungskonstellationen berechnet.

6 Darstellung der Ergebnisse

In diesem Kapitel werden die Ergebnisse der schriftlichen Befragung zu Beziehungsmustern in Paarbeziehungen dargestellt. Im ersten Teil werden die Stichprobengrösse mit Berücksichtigung der Dropout-Rate sowie soziodemographische und partnerschaftliche Merkmale der Gesamtstichprobe beschrieben. Weiter erfolgen eine Darstellung

der subjektiven Einschätzung der Partnerschaftsqualität der befragten Paare sowie ausführliche Auswertungen der Daten in Bezug auf die vorliegenden Fragestellungen und Hypothesen.

6.1 Beschreibung der Stichprobe

Die breite Streuung des Fragebogens findet Niederschlag in der vorliegenden Stichprobengrösse. Insgesamt haben 1362 Personen an der schriftlichen Umfrage teilgenommen, wobei 705 Personen (51.76%) den Fragebogen vollständig ausfüllten und die Stichprobenkriterien (Alter, keine stationäre Behandlung) erfüllten. Von diesen 705 Personen füllten 404 Personen, bzw. 202 Paare (29.66%) den Fragebogen so aus, dass er für die Untersuchung verwendet werden konnte, wobei die Paarzugehörigkeit mittels Partnerschaftscode ermittelt werden konnte. Von den übrigen 301 Datensätzen, die vorwiegend von Einzelpersonen stammten, konnte die Paarzugehörigkeit von nochmals 18 Paaren, (also 36 Personen) anhand der Partnerschaftsdauer, des Familienstandes, der Kinderzahl und des teilweise angegebenen Paarcodes ermittelt werden. Der Partnerschaftscode wies bei diesen Fällen Lücken auf, indem zwar die Geburtsdaten beider Partner stimmten, aber nicht in der gleichen Reihenfolge aufgeführt wurden oder dass ein Partner nur sein Geburtsdatum, der andere Partner beide Geburtsdaten aufführte. Somit beträgt die Dropout-Rate 67.7% womit die Gesamtstichprobe der vorliegenden Arbeit $n = 220$ Paare (440 Personen) umfasst.

6.1.1 Partnerschaftliche und soziodemographische Merkmale

Die soziodemographischen und partnerschaftlichen Merkmale der vorliegenden Stichprobe lassen sich wie folgt zusammenfassen. Der grösste Teil der Stichprobe besteht aus heterogeschlechtlichen Paaren, während nur 17 Paare (7.7%) in einer gleichgeschlechtlichen Beziehung leben. Das mittlere Alter der teilnehmenden Personen beträgt 34.55 Jahre ($SD = 11.81$, $Min. = 18.00$, $Max. = 74.91$). Im Durchschnitt sind die Paare 8.25 Jahre in der aktuellen Beziehung, wobei die Beziehungsdauer eine breite Streuung aufweist ($SD = 9.02$, $Min. = 0.08$, $Max. = 47.08$). Mehr als zwei Drittel der Paare (70%) leben gegenwärtig im Konkubinat, während 30% der Paare verheiratet sind oder in einer eingetragenen Partnerschaft leben. Mehr als zwei Drittel der untersuchten Personen haben keine Kinder (69.1%), während 19.8% der Personen ein bis zwei Kinder, 10.9% drei bis vier Kinder haben und eine Person 5 Kinder (0.2%) hat. Im Durchschnitt sind die Kinder 13.30 Jahre alt ($SD = 12.28$, $Min. = 0.00$, $Max. = 43.54$). 71.6% der Kinder leben im gleichen Haushalt wie die Mutter, bzw. der Vater, 18.7% der Kinder leben in einem eigenen Haushalt.

84% der befragten Personen stammen aus der Schweiz, 13% aus Deutschland und die restlichen 3% aus weiteren europäischen Staaten, Afrika, Asien, Nord- oder Latein-

amerika, wobei Doppelbürgerschaften vorhanden sind. Grundsätzlich ist das Bildungsniveau der vorliegenden Stichprobe relativ hoch. Knapp die Hälfte der Befragten verfügen über einen universitären bzw. Fachhochschulabschluss (40.5%), oder ein Doktorat/Habilitation (4.1%). Die gymnasiale Maturität ist mit 13% und die höhere Berufsbildungen mit 12.5% vertreten. Demgegenüber weisen 27.7% der Befragten eine berufliche Grundausbildung vor, was neben den Universitäts- und Fachhochschulabgängerinnen und -Abgängern die grösste Bildungsgruppe ausmacht.

Der grösste Teil der befragten Personen ist gegenwärtig vollzeitlich oder teilzeitlich in einen Einkommen generierenden Arbeitsprozess eingebunden (71%), während 23% aufgrund eines Vollzeitstudiums oder -Ausbildung keiner Erwerbstätigkeit nachgehen. Nur knapp 2% der befragten Personen verzichten auf eine Erwerbsarbeit zugunsten von Kindererziehung und Haushalt. Die Berufsgruppen der vorliegenden Stichprobe konzentrieren sich insbesondere auf Berufe im Bereich Sozialwesen, Psychologie, Seelsorge (21%), Gesundheitswesen, Medizin (16%), Bildung, Pädagogik (14%) sowie kaufmännische Berufe und Verwaltung (12%). Weitere Berufsgruppen sind in der vorliegenden Stichprobe weniger repräsentiert, wobei Berufe aus dem Bereich Landwirtschaft, Verkehr, Personalmanagement, Polizei/Sicherheit, Controlling, Finanz- und Rechnungswesen kaum vorkommen (vgl. Tabelle 20 im Anhang).

6.1.2 Körperliche, psychische und partnerschaftliche Beschwerden

Die Stichprobe umfasst klinisch unauffällige Personen, wobei Personen, welche aufgrund von psychischen oder körperlichen Beschwerden in stationärer oder teilstationärer Behandlung sind, aus der Untersuchung ausgeschlossen wurden.

Entsprechend gering ist auch die ambulante medizinische, psychotherapeutisch-psychiatrische und paartherapeutische Behandlung der untersuchten Paare, wie Tabelle 5 zeigt. Nur gerade 1.6% (4 Paare) der untersuchten Paare nehmen das Angebot einer ambulanten Paartherapie oder Paarberatung in Anspruch, während 7% bzw. 10% wegen seelischer oder körperlicher Probleme in ambulanter psychotherapeutisch-psychiatrischer bzw. medizinischer Behandlung sind.

Tabelle 5 Körperliche, psychische und partnerschaftliche Beschwerden

Ambulante Behandlung	Häufigkeit in % ^a	
	Ja	Nein
Medizinisch	10.9	89.1
Psychiatrisch-psychotherapeutisch	7.0	93.0
Paartherapie	1.6	98.4

Anmerkung. ^an = 440 Personen.

6.1.3 Partnerschaftsqualität

Die vorliegende Stichprobe zeichnet sich durch eine hohe Partnerschaftszufriedenheit aus ($M = 4.39$, $SD = .91$), wobei sich die Personen subjektiv als ausgesprochen glücklich mit der Partnerschaft und der Partnerin/dem Partner einschätzen ($M = 4.24$, $SD = .97$) (vgl. Tabelle 6). 94.8% aller befragten Personen sind mit ihrer Partnerschaft und ihrer Partnerin/ihrem Partner zufrieden bis sehr zufrieden, während eben so viele Personen (93.6%) ihre Partnerschaft als glücklich bis sehr glücklich wahrnehmen. Nur 5.3% der befragten Personen sind mit ihrer Partnerschaft unzufrieden und 6.4% sind unglücklich in der gegenwärtigen Paarbeziehung. Weiter zeichnet sich die Stichprobe durch ein positives und konstruktives Streitverhalten aus ($M = 5.70$, $SD = 5.19$), wobei das Streitverhalten nur unwesentlich von der Normstichprobe abweicht (Normen: $M = 5.36$, $SD = 4.55$). Bezüglich Austausch von Zärtlichkeiten ($M = 21.83$, $SD = 5.63$) sowie Gemeinsamkeiten und Kommunikation ($M = 22.15$, $SD = 4.43$) weist die vorliegende Stichprobe positive Verhaltensweisen auf, die sogar über den Werten der Normstichprobe liegen (Normen Zärtlichkeit: $M = 20.15$, $SD = 5.01$; Normen Gemeinsamkeit/Kommunikation: $M = 20.13$, $SD = 4.67$). Insgesamt schätzt die untersuchte Stichprobe ihre Partnerschaftsqualität als sehr hoch ein, bei einem mittleren Gesamtwert von 68.28 ($SD = 12.10$), der über demjenigen der Normstichprobe liegt (Normen: $M = 64.94$, $SD = 10.48$).

Tests auf Normalverteilung (Field, 2009), insbesondere Residuenplots zeigen, dass die Variablen der Partnerschaftsqualität (Partnerschaftszufriedenheit, Partnerschaftsglück, Streitverhalten, Zärtlichkeit, Gemeinsamkeit/Kommunikation und die PFB-Gesamtskala) nicht normalverteilt sind. Die mittlere bis starke Abweichung von der Normalverteilung weist darauf hin, dass es sich um eine ausgesprochen glückliche und zufriedene Stichprobe mit einer hohen Partnerschaftsqualität handelt (vgl. Histogramme und Residuenplots Abbildungen 7 - 11 im Anhang).

Tabelle 6 *Deskriptive Statistik, Komponenten der Partnerschaftsqualität*

<i>Variablen der Partnerschaftsqualität</i>	<i>n</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>Minimum</i>	<i>Maximum</i>
Partnerschaftszufriedenheit ^a	440	4.39	.91	0	5
Partnerschaftsglück ^a	440	4.24	.97	0	5
Streitverhalten ^b	440	5.70	5.19	0	30
Zärtlichkeit ^c	440	21.83	5.63	0	30
Gemeinsamkeit/Kommunikation ^c	440	22.15	4.43	6	30
PFB-Gesamtskala ^d	440	68.28	12.10	7	90

Anmerkung. Testwerte nach Hahlweg (1996): ^aPartnerschaftszufriedenheit/-glück: 0 = sehr unzufrieden/unglücklich, 5 = sehr zufrieden/glücklich. ^bStreitverhalten: 0 = positives Verhalten, 30 = negatives Verhalten (Normen: $M = 5.36$, $SD = 4.55$). ^cZärtlichkeit: 0 = negatives Verhalten, 30 = positives Verhalten (Normen: $M = 20.15$, $SD = 5.01$). ^cGemeinsamkeit/Kommunikation: 0 = negatives Verhalten, 30 = positives Verhalten (Normen: $M = 20.13$, $SD = 4.67$). ^dPFB-Gesamtskala: 0 = geringe Partnerschaftsqualität, 90 = hohe Partnerschaftsqualität (Normen: $M = 64.94$, $SD = 10.48$).

6.2 Schemakonstellationen

In diesem Kapitel werden die Resultate der Untersuchung im Hinblick auf die erste Fragestellung nach den Schemakonstellationen erläutert. Die der Arbeit zugrunde liegenden Fragestellungen lauten:

Welche Schemakonstellationen manifestieren sich in Paarbeziehungen?

Welche Verteilung weisen die Schemakonstellationen in Paarbeziehungen auf?

Hypothese: Einzelne Schemakonstellationen treten in Paarbeziehungen gehäuft auf.

Zunächst erfolgt eine deskriptive Darstellung der Häufigkeitsverteilung der einzelnen Schemata der befragten Einzelpersonen, während anschliessend die Häufigkeitsverteilung der Schemakonstellationen dargestellt wird. In zusätzlichen Beschreibungen werden insbesondere Geschlechtsunterschiede in der Häufigkeit des Auftretens der wichtigsten Schemata aufgeführt.

6.2.1 Berechnungen der Schemakonstellationen im Hinblick auf Fragestellung 1

Häufigkeitsberechnungen (Field, 2009) der Hauptschemata der Einzelpersonen über die Gesamtstichprobe hinweg sind in Tabelle 7 abgebildet und weisen folgende Charakteristika auf: Die Schemata 17 Überhöhte Standards (33.3%), 14 Streben nach Anerkennung und Zustimmung (24.2%) sowie 13 Selbstaufopferung (20.1%) kommen in der untersuchten Stichprobe am häufigsten vor und machen zusammen 77.6% der Stichprobe aus. Untervertreten sind die Schemata 3 Emotionale Entbehrung, 4 Unzulänglichkeit/Scham, 8 Verstrickung/unentwickeltes Selbst sowie das Schema 12 Unterwerfung.

Tabelle 7 Häufigkeiten Hauptschema der Einzelpersonen

<i>Schema^a</i>	<i>Häufigkeit</i>	<i>%</i>
1 Verlassenheit/Instabilität	26	5.9
2 Misstrauen/Missbrauch	7	1.6
3 Emotionale Entbehrung	3	.7
4 Unzulänglichkeit/Scham	1	.2
5 Soziale Isolation/Entfremdung	21	4.8
6 Abhängigkeit/Inkompetenz	1	.2
7 Anfälligkeit für Krankheiten	5	1.1
8 Verstrickung/unentwickeltes Selbst	1	.2
9 Versagen	5	1.1
10 Anspruchshaltung/Grandiosität	26	5.9
11 Unzureichende Selbstkontrolle	28	6.4
12 Unterwerfung	4	.9
13 Selbstaufopferung	88	20.1
14 Streben nach Anerkennung	106	24.2
15 Negativität/Pessimismus	6	1.4
16 Emotionale Gehemmtheit	23	5.3
17 Überhöhte Standards	146	33.3
18 Bestrafen	33	7.5

Anmerkung. ^an=438 Personen. Inbegriffen sind alle Hauptschemata der Einzelpersonen, wobei bei einzelnen Personen mehrere Hauptschemata aufgrund gleich hoher Skalensummenwerte vorhanden sind.

Da bei der Skalenbildung der Schemata 134 Personen mehrere Hauptschemata mit gleich hohen Punktwerten erzielten (mehrere Schemata gleichzeitig aktiviert), wurden diese aus Komplexitätsgründen aus den folgenden Berechnungen ausgeschlossen. Aussagen mit mehreren Schemata und Konstellationen über die Gesamtstichprobe hinweg würden zu komplex und den Rahmen dieser Arbeit sprengen. Die weiteren Berechnungen der Schemakonstellation erfolgen mit $n = 306$ Personen, also 153 Paaren.

Grundsätzlich sind bei 18 Schemata 171 verschiedene Schemakombinationen in Paarbeziehungen möglich (vgl. Tabelle 21 im Anhang). Bei der vorliegenden Stichprobe ergeben sich 43 von 171 möglichen Schemakonstellationen. Wie Tabelle 8 und Abbildung 2 zeigen, tritt die Schemakombination 155 mit Schema Überhöhte Standards und Schema Selbstaufopferung (11.8%), die Schemakombination 169, in der beide Partner das Schema Überhöhte Standards aufweisen (11.1%), die Schemakombination 160 mit Schema Überhöhte Standards und Schema Streben nach Anerkennung (8.5%), die Schemakombination 152 mit Schema Streben nach Anerkennung und Schema Selbstaufopferung (6.5%) sowie die Schemakonstellation 157 mit dem Schema Streben nach Anerkennung bei beiden Partnern (4.6%) am häufigsten auf. Diese fünf häufigsten Schemakombinationen, die durch das Zusammentreffen von Schema 17 Überhöhte Standards, Schema 14 Streben nach Anerkennung und Schema 13 Selbstaufopferung zustande kommen, gehören den Grundbedürfnissen Selbstwerterhöhung und Lustgewinn/Unlustvermeidung an und machen zusammen 42.5% der Gesamtstichprobe aus. Zusammen mit der Konstellation 161 mit dem Schema Streben nach Anerkennung und dem Schema Bestrafung, welches ebenfalls dem Bedürfnis nach Lustgewinn/Unlustvermeidung zugrunde liegt, machen sie sogar beinahe die Hälfte der Gesamtstichprobe aus (46.4%). Werden bei den fünf häufigsten Schemakonstellationen diejenigen Konstellationen zusammengefasst, bei welchen beide Partner das gleiche Schema aufweisen (Schemakonstellation 169, 157; vgl. Tabelle 8), ergibt sich bei 15.7% eine symmetrische Schemakonstellation, während bei 28.8% eine komplementäre Konstellation durch das Zusammentreffen verschiedener Schemata zustande kommen (Konstellation 155, 160, 152; vgl. Tabelle 8).

Weiter ist Tabelle 8 zu entnehmen, dass Schemakonstellationen mit den Schemata 1 Verlassenheit/Instabilität, 2 Misstrauen/Missbrauch, 3 Emotionale Entbehrung, 4 Unzulänglichkeit/Scham, 5 Soziale Isolation, 10 Anspruchshaltung/Grandiosität, 11 Unzureichende Selbstkontrolle, 15 Negativität, 16 Emotionale Gehemmtheit und 18 Bestrafungsneigung weniger gehäuft auftreten. Schemakonstellationen mit den Schemata 8 Verstrickung/Unentwickeltes Selbst und 9 Versagen treten in nur einer Paarbeziehung auf, während Schemakonstellationen mit den Schemata 6 Abhängigkeit/Inkompetenz, 7

Anfälligkeit für Schädigung oder Krankheit und 12 Unterwerfung in keiner Paarbeziehung vorkommen (vgl. auch Tabelle 21 im Anhang). Tabelle 8 zeigt ferner, dass weniger häufige Schemakonstellationen vor allem im Zusammenhang mit den Bedürfnissen nach Bindung und Kontrolle stehen.

Tabelle 8 Häufigkeitsverteilung der Schemakonstellationen

Nr. ^a	SchemaA	mit SchemaB	Häufigkeit	%
155	17 Überhöhte Standards	13 Selbstaufopferung	18	11.8
169	17 Überhöhte Standards	17 Überhöhte Standards	17	11.1
160	17 Überhöhte Standards	14 Streben nach Anerkennung	13	8.5
152	14 Streben nach Anerkennung	13 Selbstaufopferung	10	6.5
157	14 Streben nach Anerkennung	14 Streben nach Anerkennung	7	4.6
161	14 Streben nach Anerkennung	18 Bestrafen	6	3.9
17	17 Überhöhte Standards	1 Verlassenheit	5	3.3
79	17 Überhöhte Standards	5 Soziale Isolation	5	3.3
134	17 Überhöhte Standards	10 Anspruchshaltung/Grandiosität	5	3.3
156	13 Selbstaufopferung	18 Bestrafen	5	3.3
130	13 Selbstaufopferung	10 Anspruchshaltung/Grandiosität	4	2.6
151	13 Selbstaufopferung	13 Selbstaufopferung	4	2.6
142	17 Überhöhte Standards	11 Unzureichende Selbstkontrolle	4	2.6
167	17 Überhöhte Standards	16 Emotionale Gehemmtheit	4	2.6
170	17 Überhöhte Standards	18 Bestrafen	4	2.6
14	14 Streben nach Anerkennung	1 Verlassenheit	3	2.0
159	14 Streben nach Anerkennung	16 Emotionale Gehemmtheit	3	2.0
131	14 Streben nach Anerkennung	10 Anspruchshaltung/Grandiosität	3	2.0
128	11 Unzureich. Selbstkontrolle	10 Anspruchshaltung/Grandiosität	3	2.0
5	5 Soziale Isolation	1 Verlassenheit	2	1.3
76	5 Soziale Isolation	14 Streben nach Anerkennung	2	1.3
139	11 Unzureich. Selbstkontrolle	14 Streben nach Anerkennung	2	1.3
143	11 Unzureich. Selbstkontrolle	18 Bestrafen	2	1.3
154	13 Selbstaufopferung	16 Emotionale Gehemmtheit	2	1.3
30	13 Selbstaufopferung	2 Misstrauen/Missbrauch	2	1.3
13	1 Verlassenheit	13 Selbstaufopferung	1	.7
11	1 Verlassenheit	11 Unzureichende Selbstkontrolle	1	.7
16	1 Verlassenheit	16 Emotionale Gehemmtheit	1	.7
35	2 Misstrauen/Missbrauch	18 Bestrafen	1	.7
46	3 Emotionale Entbehrung	13 Selbstaufopferung	1	.7
47	3 Emotionale Entbehrung	14 Streben nach Anerkennung	1	.7
49	3 Emotionale Entbehrung	16 Emotionale Gehemmtheit	1	.7
62	4 Unzulänglichkeit/Scham	14 Streben nach Anerkennung	1	.7
65	4 Unzulänglichkeit/Scham	17 Überhöhte Standards	1	.7
67	5 Soziale Isolation	5 Soziale Isolation	1	.7
75	5 Soziale Isolation	13 Selbstaufopferung	1	.7
115	8 Verstrickung	17 Überhöhte Standards	1	.7
117	9 Versagen	9 Versagen	1	.7
136	11 Unzureich. Selbstkontrolle	11 Unzureichende Selbstkontrolle	1	.7
138	11 Unzureich. Selbstkontrolle	13 Selbstaufopferung	1	.7
164	15 Negativität	17 Überhöhte Standards	1	.7
165	15 Negativität	18 Bestrafen	1	.7
168	16 Emotionale Gehemmtheit	18 Bestrafen	1	.7

Anmerkung. n = 153 Paare. ^aNummer der Schemakombinationen, vgl. Tabelle 21 im Anhang.

Den Schemata zugrunde liegende Bedürfnisse:

■ Bindungsbedürfnis ■ Kontrollbedürfnis ■ Selbstwerterhöhung ■ Lustgewinn

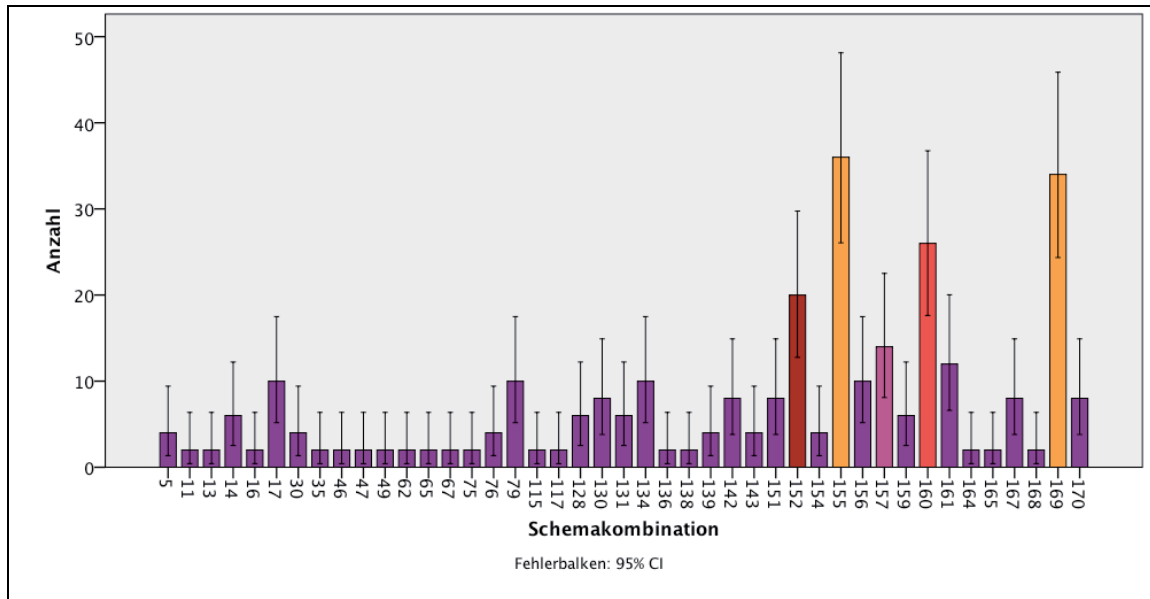


Abbildung 2. Häufigkeiten Schemakonstellationen.

6.2.2 Zusätzliche Ergebnisse zu den Schemata

Zusätzliche Berechnungen der Signifikanz bei den häufigsten Schemakonstellationen mit non-parametrischen Chi-Quadrat (χ^2) Tests (Field, 2009; Ho, 2006), um die Unterschiede in der Häufigkeit des Auftretens der Schemata innerhalb der Schemakonstellationen zwischen Partner1 und Partner2 zu prüfen, ergeben folgende Resultate:

Bei der Schemakombination 155 unterscheiden sich die Partner in der Häufigkeit des Auftretens der Schemata Überhöhte Standards und Selbstaufopferung signifikant voneinander (χ^2 (df = 1) = 6.40, $p = .011$). Innerhalb der Schemakombination 155 tritt das Schema Überhöhte Standards vorwiegend bei Partner1 auf (beobachtete Häufigkeit = 51; %innerhalb Schemakombination = 53%), während das Schema Selbstaufopferung hauptsächlich bei Partner2 vorkommt (beobachtete Häufigkeit = 36; %innerhalb Schemakombination 67.9%). Der Zusammenhang von $\varphi = .208$ ($p = .011$) kann verglichen mit den Richtwerten nach Cohen (1988; vgl. Kapitel 5.6) als klein bis mittelstark gedeutet werden.

Der Zusammenhang zwischen Partnertyp und Schemakonstellation 160 Überhöhte Standards mit Streben nach Anerkennung ist nicht signifikant (χ^2 (df = 1) = 1.15, $p = .283$). Das Schema Streben nach Anerkennung kommt bei Partner1 und Partner2 in ähnlicher Häufigkeit vor (Partner1: beobachtete Häufigkeit = 25; %innerhalb Schemakombination = 44.6%; Partner2: beobachtete Häufigkeit = 31; %innerhalb Schemakombination = 55.4%). Ebenso ist die Häufigkeitsverteilung des Schemas Überhöhte Standards bei Partner1 und Partner2 ähnlich (Partner1: beobachtete Häufigkeit = 51; %innerhalb Schemakombination = 53.7%; Partner2: beobachtete Häufigkeit = 44; %innerhalb Schemakombination = 46.3%).

Ferner zeigen die Berechnungen, dass auch der Zusammenhang zwischen Partnertyp und Schemakonstellation 152 Streben nach Anerkennung mit Selbstaufopferung nicht signifikant ist (χ^2 (df = 1) = 1.82, $p = .178$). Zwar sind die beobachteten Häufigkeiten des Schemas Selbstaufopferung bei Partner1 und Partner2 unterschiedlich verteilt, doch ist dieser Unterschied nicht signifikant (Partner1: beobachtete Häufigkeit = 17; %innerhalb Schemakombination = 32.1%; Partner2: beobachtete Häufigkeit = 36; %innerhalb Schemakombination = 67.9%). Die Häufigkeitsverteilung des Schemas Selbstaufopferung ist bei Partner1 und Partner2 ähnlich verteilt (Partner1: beobachtete Häufigkeit = 25; %innerhalb Schemakombination = 44.6%; Partner2: beobachtete Häufigkeit = 31; %innerhalb Schemakombination = 55.4%).

Die zusätzlichen Chi-Quadrat (χ^2) Berechnungen der drei häufigsten Schemata in Abhängigkeit vom Geschlecht sind in Abbildung 3 dargestellt. Beim Schema Überhöhte Standards, ist kein signifikanter Unterschied zwischen Männern und Frauen festzustellen (χ^2 (df = 1) = 1.200, $p = .273$; beobachtete Häufigkeiten Frauen = 44, %innerhalb Schema 17 = 46.3%; beobachtete Häufigkeiten Männer = 51, %innerhalb Schema 17 = 53.7%). Ferner ist auch beim Schema Streben nach Anerkennung kein signifikanter Unterschied zwischen Männern und Frauen vorhanden (χ^2 (df = 1) = .184, $p = .668$; beobachtete Häufigkeiten Frauen = 30, %innerhalb Schema 14 = 53.6%; beobachtete Häufigkeiten Männer = 26, %innerhalb Schema 14 = 46.4%). Allerdings unterscheiden sich Männer und Frauen beim Schema Selbstaufopferung signifikant voneinander (χ^2 (df = 1) = 13.107, $p < .001$). Bei Frauen tritt das Schema Selbstaufopferung signifikant häufiger auf als bei Männern (beobachtete Häufigkeiten Frauen = 39, %innerhalb Schema 13 = 73.6%; beobachtete Häufigkeiten Männer = 14, %innerhalb Schema 13 = 26.4%).

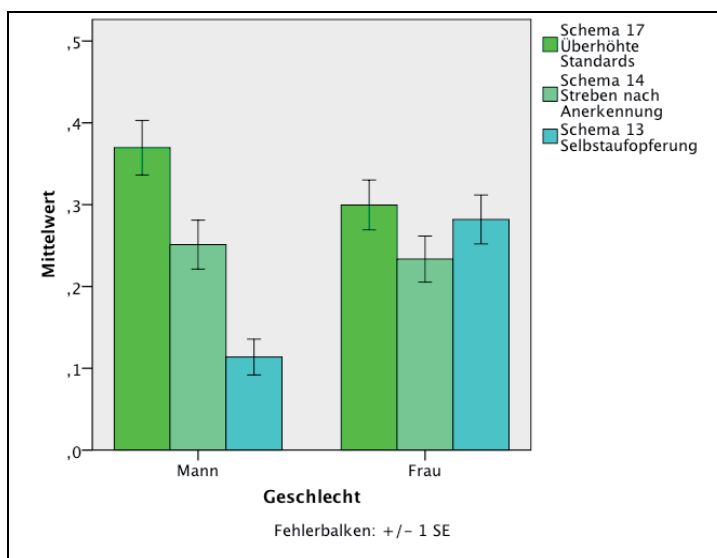


Abbildung 3. Häufigkeiten Schemata in Abhängigkeit von Geschlecht

6.2.3 Beantwortung der Fragestellung 1

Die Fragestellung, welche Schemakonstellationen sich in Paarbeziehungen manifestieren und welche Verteilung die Schemakonstellationen in Paarbeziehungen aufweisen, kann aufgrund der vorliegenden Resultate wie folgt beantwortet werden.

Zusammenfassend kann festgehalten werden, dass in der untersuchten Stichprobe das Schema 17 Überhöhte Standards (33.3%), das Schema 14 Streben nach Anerkennung und Zustimmung (24.2%) sowie das Schema 13 Selbstaufopferung (20.1%) am häufigsten vorkommen, wobei sie zusammen 77.6% der Stichprobe ausmachen. Entsprechend ergeben sich in der vorliegenden Untersuchung 43 von 171 möglichen Schemakonstellationen, wobei Schemakonstellationen mit den drei Schemata, Überhöhte Standards, Streben nach Anerkennung und Selbstaufopferung am häufigsten auftreten. Die fünf häufigsten Kombinationen, welche durch das Zusammentreffen dieser drei Schemata entstehen, machen rund 42.5% der Gesamtstichprobe aus. Dabei ergibt sich bei 15.7% eine symmetrische Schemakonstellation, bei welcher beide Partner das gleiche Schema aufweisen (Konstellation 169 und 157), während bei 28.8% komplementäre Konstellationen durch das Zusammentreffen verschiedener Schemata zustande kommen (Konstellation 155, 160, 152).

Demgegenüber kommen Schemakonstellationen mit den Schemata Abhängigkeit/Inkompetenz, Anfälligkeit für Schädigung oder Krankheit und Unterwerfung in keiner Paarbeziehung vor. Somit kann die der vorliegenden Arbeit zugrunde liegende Hypothese, wonach bestimmte Schemakonstellationen in Paarbeziehungen gehäuft vorkommen, bestätigt werden.

Ferner zeigen die Resultate, dass die sechs häufigsten Schemakonstellationen auf dem Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung und Lustgewinn/Unlustvermeidung basieren und mit insgesamt 46.4% beinahe die Hälfte der Gesamtstichprobe ausmachen. Weniger häufige Schemakonstellationen stehen im Zusammenhang mit dem Bedürfnis nach Bindung und Kontrolle.

Weitere Berechnungen ergeben, dass bezüglich Häufigkeiten des Auftretens der einzelnen Schemata innerhalb einer Konstellation bei Partner1 und Partner2 lediglich in der Schemakonstellation 155 signifikante Unterschiede festzustellen sind. In dieser Konstellation weisen Partner1 vorwiegend das Schema Überhöhte Standards auf, wobei anzumerken ist, dass die Gruppe Partner1 mehrheitlich aus Männern besteht (vgl. Kapitel 5.6), während das Schema Selbstaufopferung am häufigsten bei Partner2 vorkommt, wobei es sich bei dieser Gruppe hauptsächlich um Frauen handelt. In den anderen Konstellationen kommen die Schemata in beiden Gruppen etwa gleich häufig vor. Berechnungen zu den Geschlechtsunterschieden der einzelnen Schemata (Schema 17, 14 und 13) zeigen, dass der Unterschied in der Häufigkeit des Auftretens des Schemas Selbstaufopferung zwischen Männern und Frauen signifikant ist. Das Schema Selbstaufopfe-

nung kommt bei Frauen signifikant häufiger vor als bei Männern. Beim Schema Überhöhte Standards und dem Schema Streben nach Anerkennung zeigen sich keine Geschlechtsunterschiede. Daraus ist zu schliessen, dass das Schema Selbstaufopferung vorwiegend ein weibliches Thema ist.

6.3 Bedürfniskonstellationen

Im Folgenden werden die Resultate der Untersuchung im Hinblick auf die zweite Fragestellung, die Frage nach den Bedürfniskonstellationen erläutert. Diese lautet:

Welche den Schemata zugrunde liegenden Bedürfniskonstellationen manifestieren sich in Paarbeziehungen?

Welche Verteilung weisen die Bedürfniskonstellationen in Paarbeziehungen auf?

Hypothese: Einzelne Bedürfniskonstellationen treten in Paarbeziehungen gehäuft auf.

Zunächst erfolgt eine deskriptive Darstellung der Häufigkeitsverteilung der einzelnen Bedürfnisse der befragten Einzelpersonen, während anschliessend die Häufigkeitsverteilung der Bedürfniskonstellationen beschrieben wird. In zusätzlichen Darstellungen werden insbesondere Geschlechtsunterschiede der einzelnen Bedürfnisse aufgeführt.

6.3.1 Berechnungen der Bedürfniskonstellationen im Hinblick auf Fragestellung 2

Häufigkeitsberechnungen (Field, 2009) der Grundbedürfnisse der Einzelpersonen sind in Tabelle 9 abgebildet und ergeben folgende Resultate: In der vorliegenden Stichprobe kommt das Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung (43.6%) sowie das Bedürfnis nach Lustgewinn/Unlustvermeidung (45.4%) am häufigsten vor. Zusammen machen sie 89% der Gesamtstichprobe aus, während das Bedürfnis nach Bindung und Kontrolle nur bei 28% der Personen vorkommt, wobei Mehrfachnennungen möglich sind.

Tabelle 9 Häufigkeiten Hauptbedürfnis der Einzelpersonen

Bedürfnis ^a	Häufigkeit	%
1 Bindung	58	13.2
2 Kontrolle	65	14.8
3 Selbstwerterhöhung	191	43.6
4 Lustgewinn/Unlustvermeidung	199	45.4

Anmerkung. ^an=438 Personen. Inbegriffen sind die Hauptbedürfnisse der Einzelpersonen, wobei bei einzelnen Personen mehrere Hauptbedürfnisse aufgrund gleich hoher Skalensummenwerte vorhanden sind.

Analog zu den Schemata weisen auch bei den Bedürfnisvariablen 132 Personen mehrere Hauptbedürfnisse auf, aufgrund gleichzeitiger Aktivierung verschiedener Schemata, weshalb diese aus Komplexitätsgründen aus den weiteren Berechnungen ausgeschlossen

sen werden. Somit werden die Bedürfniskonstellationen mit $n = 308$ Personen, bzw. 154 Paaren berechnet.

Aus den Berechnungen ergeben sich bei der vorliegenden Stichprobe 10 von 10 möglichen Bedürfniskonstellationen. Tabelle 10 und Abbildung 4 zeigen, dass die Bedürfniskonstellation 9, bei der Selbstwerterhöhung und Lustgewinn/Unlustvermeidung aufeinander treffen (30.5%), die Bedürfniskonstellation 10, bei der Lustgewinn/Unlustvermeidung bei beiden Partnern vorkommt (18.2%) sowie die Bedürfniskonstellation 8, mit Selbstwerterhöhung bei beiden Partnern (13.6%) am häufigsten vorkommen. Insgesamt machen diese Bedürfniskonstellationen 62.3% der ganzen Stichprobe aus. Im Gegensatz dazu sind Bedürfniskonstellationen, bei denen das Kontrollbedürfnis und Bindungsbedürfnis aufeinander treffen, mit 5.7% der Gesamtstichprobe untervertreten (Konstellation 1, 2, und 5). Bedürfniskonstellationen, bei denen das Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung und das Bedürfnis nach Lustgewinn/Unlustvermeidung auf das Bindungs- und Kontrollbedürfnis treffen, kommen insgesamt bei 32% der befragten Paare vor (Konstellation 3, 4, 6, 7).

Werden bei den drei häufigsten Bedürfniskonstellationen die zwei Konstellationen zusammengefasst, bei welchen beide Partner das gleiche Bedürfnis aufweisen (Bedürfniskonstellation 8 und 10; vgl. Tabelle 10), ergibt sich bei 31.8% eine symmetrische Konstellation, während die Konstellation 9 mit unterschiedlichen Bedürfnissen beider Partner 30.5% ausmacht.

Mit Bezug zu Tabelle 8 ist festzuhalten, dass die drei häufigsten Bedürfniskonstellationen, bei denen das Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung und das Bedürfnis nach Lustgewinn/Unlustvermeidung aufeinander treffen, in Zusammenhang mit den häufigsten Schemata und Schemakombinationen, nämlich Überhöhte Standards, Streben nach Anerkennung und Selbstaufopferung stehen.

Tabelle 10 Häufigkeitsverteilung der Bedürfniskonstellationen

<i>Nr.^a</i>	<i>BedürfnisA</i>	<i>mit BedürfnisB</i>	<i>Häufigkeit</i>	<i>%</i>
9	Selbstwerterhöhung	Lustgewinn/Unlustvermeidung	47	30.5
10	Lustgewinn/Unlustvermeidung	Lustgewinn/Unlustvermeidung	28	18.2
8	Selbstwerterhöhung	Selbstwerterhöhung	21	13.6
4	Bindung	Lustgewinn/Unlustvermeidung	14	9.3
7	Kontrolle	Lustgewinn/Unlustvermeidung	13	8.4
3	Bindung	Selbstwerterhöhung	12	7.8
6	Kontrolle	Selbstwerterhöhung	10	6.5
5	Kontrolle	Kontrolle	5	3.2
1	Bindung	Bindung	3	1.9
2	Bindung	Kontrolle	1	.6

Anmerkung. $n = 154$ Paare. ^aNummer der Bedürfniskombinationen.

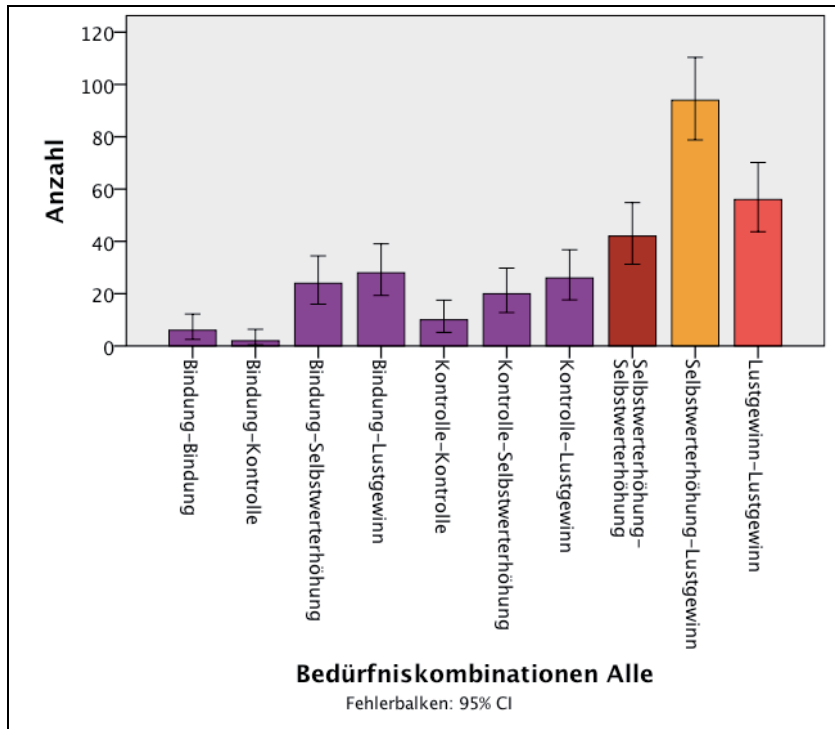


Abbildung 4. Häufigkeiten Bedürfniskonstellationen.

6.3.2 Zusätzliche Ergebnisse zu den Grundbedürfnissen

Chi-Quadrat (χ^2) Berechnungen (Field, 2009; Ho, 2006) der häufigsten Bedürfniskonstellationen in Abhängigkeit vom Partnertyp mit den Ausprägungen Partner1 und Partner2 ergeben folgende Resultate: Bei der Bedürfniskonstellations 3, in der das Bindungsbedürfnis und das Bedürfnis nach Selbsterhöhung aufeinander treffen, lässt sich kein signifikanter Unterschied zwischen den Partnern feststellen (χ^2 (df = 1) = 2.603, $p = .107$). Das Bindungsbedürfnis kommt bei Partner1 und Partner2 in ähnlicher Häufigkeit vor (Partner1: beobachtete Häufigkeit = 18; %innerhalb Bedürfniskombination = 54.5%; Partner2: beobachtete Häufigkeit = 15; %innerhalb Bedürfniskombination = 45.5%). Ferner ist auch die Häufigkeitsverteilung des Bedürfnisses nach Selbsterhöhung bei Partner1 und Partner2 ähnlich verteilt (Partner1: beobachtete Häufigkeit = 43; %innerhalb Bedürfniskombination = 38.7%; Partner2: beobachtete Häufigkeit = 68; %innerhalb Bedürfniskombination = 61.3%).

Ebenso ist auch der Zusammenhang zwischen Partnertyp und der Bedürfniskonstellations 4 mit dem Bindungsbedürfnis und dem Bedürfnis Lustgewinn/Unlustvermeidung nicht signifikant (χ^2 (df = 1) = .028, $p = .868$). Das Bindungsbedürfnis kommt bei Partner1 und Partner2 in ähnlicher Häufigkeit vor (Partner1: beobachtete Häufigkeit = 18; %innerhalb Bedürfniskombination = 54.5%; Partner2: beobachtete Häufigkeit = 15; %innerhalb Bedürfniskombination = 45.5%), während auch die Häufigkeitsverteilung von Lustgewinn/Unlustvermeidung bei Partner1 und Partner2 ähnlich ist (Partner1: be-

obachtete Häufigkeit = 73; %innerhalb Bedürfniskombination = 56.2%; Partner2: beobachtete Häufigkeit = 57; %innerhalb Bedürfniskombination = 43.8%).

Ferner ist auch der Zusammenhang zwischen Partnertyp und der Bedürfniskonstellation 7 mit dem Kontrollbedürfnis und dem Bedürfnis nach Lustgewinn/Unlustvermeidung nicht signifikant (χ^2 (df = 1) = .078, p = .780). Das Kontrollbedürfnis kommt bei Partner1 und Partner2 in ähnlicher Häufigkeit vor (Partner1: beobachtete Häufigkeit = 20; %innerhalb Bedürfniskombination = 58.8%; Partner2: beobachtete Häufigkeit = 14; %innerhalb Bedürfniskombination = 41.2%), wobei auch die Häufigkeitsverteilung von Lustgewinn/Unlustvermeidung bei Partner1 und Partner2 ähnlich ist (Partner1: beobachtete Häufigkeit = 73; %innerhalb Bedürfniskombination = 56.2%; Partner2: beobachtete Häufigkeit = 57; %innerhalb Bedürfniskombination = 43.8%).

Im Unterschied dazu ist der Zusammenhang zwischen Partnertyp und der Bedürfniskonstellation 9 mit dem Bedürfnis Selbstwerterhöhung und dem Bedürfnis Lustgewinn/Unlustvermeidung signifikant (χ^2 (df = 1) = 7.274, p = .007). Innerhalb der Bedürfniskonstellation 9 tritt das Bedürfnis Selbstwerterhöhung vorwiegend bei Partner2 auf (beobachtete Häufigkeit = 68; %innerhalb Bedürfniskombination = 61.3%), während das Bedürfnis nach Lustgewinn überwiegend bei Partner1 vorkommt (beobachtete Häufigkeit = 73; %innerhalb Bedürfniskombination = 56.2%). Der Zusammenhang von φ = .174 (p = .007) kann in Anlehnung an die Richtwerte von Cohen (1988) als schwach bis mittel gedeutet werden.

Die zusätzlichen Chi-Quadrat (χ^2) Berechnungen der drei Grundbedürfnisse in Abhängigkeit vom Geschlecht sind in Abbildung 5 dargestellt. Das Bindungsbedürfnis unterscheidet sich nicht signifikant zwischen Männern und Frauen (χ^2 (df = 1) = 1.081, p = .298). Es kommt bei Männern und Frauen ungefähr gleich häufig vor (beobachtete Häufigkeiten Frauen = 14; %innerhalb Bedürfnis = 42.4%; beobachtete Häufigkeiten Männer = 19; %innerhalb Bedürfnis = 57.6%). Ebenso unterscheidet sich das Kontrollbedürfnis nicht signifikant zwischen Männern und Frauen (χ^2 (df = 1) = .719, p = .396), wobei es bei Männern und Frauen ungefähr gleich häufig auftritt (beobachtete Häufigkeiten Frauen = 15; %innerhalb Bedürfnis = 44.1%; beobachtete Häufigkeiten Männer = 19; %innerhalb Bedürfnis = 55.9%).

Im Gegensatz dazu unterscheiden sich Männer und Frauen beim Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung signifikant voneinander (χ^2 (df = 1) = 10.149, p = .001). Bei Frauen tritt das Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung signifikant häufiger auf als bei Männern (beobachtete Häufigkeiten Frauen = 70, %innerhalb Bedürfnis = 63.1%; beobachtete Häufigkeiten Männer = 41, %innerhalb Bedürfnis = 36.9%). Der Zusammenhang von φ = .182 (p = .001) entspricht einer leichten bis mittleren Effektstärke (Cohen, 1988). Ferner unterscheiden sich Männern und Frauen auch beim Bedürfnis nach Lustgewinn/

Unlustvermeidung signifikant voneinander, wenn auch nur knapp (χ^2 (df = 1) = 3.639, $p = .056$). Das Bedürfnis nach Lustgewinn/Unlustvermeidung kommt bei Männern häufiger vor als bei Frauen (beobachtete Häufigkeiten Frauen = 58; %innerhalb Bedürfnis = 44.6%; beobachtete Häufigkeiten Männer = 72; %innerhalb Bedürfnis = 55.4%). Der Zusammenhang von $\varphi = .109$ ($p = .056$) ist als schwach zu werten (Cohen, 1988).

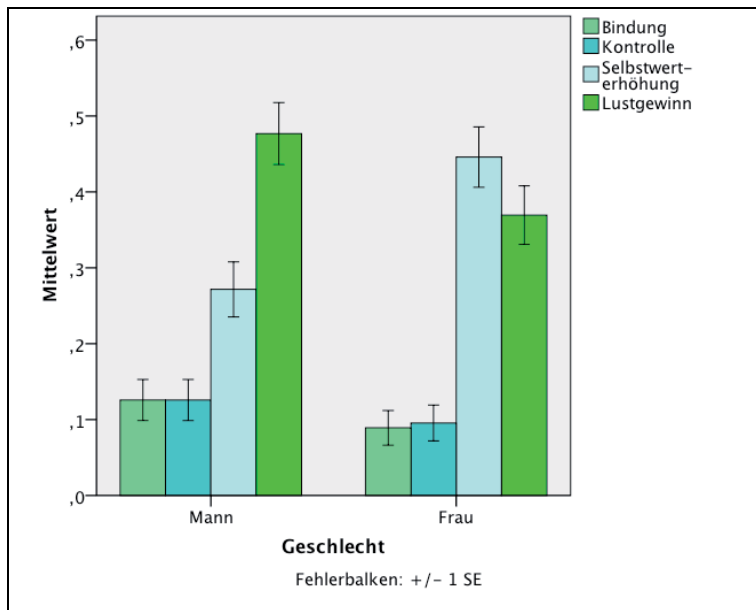


Abbildung 5. Häufigkeiten Grundbedürfnisse in Abhängigkeit von Geschlecht.

6.3.3 Beantwortung der Fragestellung 2

Die Fragestellung, welche den Schemata zugrunde liegende Bedürfniskonstellationen sich in Paarbeziehungen manifestieren und welche Verteilung die Bedürfniskonstellationen aufweisen, kann aufgrund der vorliegenden Resultate wie folgt beantwortet werden. Zusammenfassend ist festzuhalten, dass das Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung und das Bedürfnis nach Lustgewinn/Unlustvermeidung in der vorliegenden Stichprobe mit 89% der Fälle am häufigsten vorkommt, während das Bedürfnis nach Bindung und Kontrolle nur bei 28% der Personen auftritt, wobei Mehrfachnennungen aufgrund der gleichzeitigen Aktivierung mehrerer Schemata möglich sind. Entsprechend treten Bedürfniskonstellationen, in denen die Bedürfnisse Selbstwerterhöhung und Lustgewinn/Unlustvermeidung aufeinander treffen, mit zwei Dritteln der untersuchten Paare am häufigsten auf (Bedürfniskonstellation 8, 9 und 10; vgl. Tabelle 10), wobei sie zusammen 62.3% der Gesamtstichprobe ausmachen. Im Gegensatz dazu sind Bedürfniskonstellationen, bei denen Kontrollbedürfnis und Bindungsbedürfnis aufeinander treffen mit 5.7% der Gesamtstichprobe untervertreten. Insofern kann die der Arbeit zugrunde liegende Hypothese, dass einzelne Bedürfniskonstellationen in Paarbeziehungen gehäuft auftreten, bestätigt werden. Werden bei den drei häufigsten Bedürfniskonstellationen

die zwei Konstellationen zusammengefasst, bei welchen beide Partner das gleiche Bedürfnis aufweisen, ergibt sich bei 31.8% eine symmetrische Konstellation, während Konstellation 9 mit unterschiedlichen Bedürfnissen beider Partner 30.5% ausmacht.

Zusätzliche Berechnungen ergeben, dass bezüglich Häufigkeiten des Auftretens der einzelnen Bedürfnisse innerhalb einer Konstellation bei Partner1 und Partner2 lediglich bei der Bedürfniskonstellation 9 signifikante Unterschiede festzustellen sind. In der Konstellation 9, in der das Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung und das Bedürfnis nach Lustgewinn aufeinander treffen, tritt das Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung vorwiegend bei Partner2 auf, während das Bedürfnis nach Lustgewinn mehrheitlich bei Partner1 vorkommt. Berechnungen zu den Geschlechtsunterschieden der einzelnen Bedürfnisse zeigen, dass der Unterschied zwischen Männern und Frauen beim Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung sowie beim Bedürfnis nach Lustgewinn/Unlustvermeidung signifikant ist. Das Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung kommt bei Frauen signifikant häufiger vor als bei Männern, während das Bedürfnis nach Lustgewinn/Unlustvermeidung signifikant häufiger bei Männern auftritt. Beim Bindungsbedürfnis und Kontrollbedürfnis zeigen sich keine Geschlechtsunterschiede. Daraus ist zu schliessen, dass das Grundbedürfnis der Selbstwerterhöhung vor allem ein weibliches Thema ist, während das Bedürfnis nach Lustgewinn/Unlustvermeidung besonders für Männer relevant ist.

6.4 Bewältigungskonstellationen

In diesem Kapitel werden die Resultate der Untersuchung im Hinblick auf den dritten Interessensschwerpunkt, jenem der Bewältigungskonstellationen erläutert. Die der Arbeit zugrunde liegenden Fragestellungen lauten:

Welche Bewältigungszirkel treten in Paarbeziehungen am häufigsten auf?

Welche Bewältigungskonstellationen treten bei den häufigsten Schemakonstellationen auf?

Welche Bewältigungskonstellationen treten bei den häufigsten Bedürfniskonstellationen auf?

Hypothese: Der Bewältigungszirkel der komplementär submissiv-dominanten Interaktion kommt in Paarbeziehungen am häufigsten vor.

Zunächst erfolgt eine deskriptive Darstellung der Häufigkeitsverteilung der einzelnen Bewältigungsstile mit und ohne Berücksichtigung des Modus des Gesunden Erwachsenen. Ferner wird die Häufigkeitsverteilung der Bewältigungskonstellationen der Gesamtstichprobe aufgeführt sowie die Bewältigungskonstellationen bei den häufigsten Schema- und Bedürfnismustern erläutert. In zusätzlichen Darstellungen werden Ge-

schlechtsunterschiede in der Häufigkeit des Auftretens der einzelnen Bewältigungsstile präsentiert.

6.4.1 Berechnungen der Bewältigungskonstellationen im Hinblick auf Fragestellung 3

Zur Beantwortung der Fragestellung werden, wie im methodischen Vorgehen beschrieben, die Bewältigungsstile, wie sie von Young et al. (2008) definiert wurden, zunächst deskriptiv beschrieben und anschliessend zusammengefasst in die zwei Dimensionen zwischenmenschlicher Interaktion, Dominanz und Submissivität, wie sie aus kommunikationstheoretischer Perspektive von Schulz von Thun (2007a, 2007b), Watzlawick et al. (2007) und Willi (1975, 2010) beschrieben wurden. Für die Beschreibung der Bewältigungsstile von Young et al. (2008) wird der Bewältigungsmodus des Gesunden Erwachsenen miteinbezogen, während dieser für die anschliessenden Berechnungen ausgeschlossen wird, da er ein anderes Konstrukt beschreibt. Aus diesem Grund wird in der Datenaufbereitung neben der Bewältigung des Gesunden Erwachsenen diejenige Bewältigungsstrategie (Unterwerfung, Vermeidung oder Überkompensation) codiert, welche den grössten Summenwert neben demjenigen des Gesunden Erwachsenen aufweist.

Häufigkeitsberechnungen zur Schemabewältigung nach Young et al. (2008) der einzelnen Personen sind in Tabelle 11 abgebildet. Fast alle Personen (94.5%) in der untersuchten Stichprobe weisen den Bewältigungsstil des Gesunden Erwachsenen auf, während nur 5.5% der untersuchten Personen den Bewältigungsstil der Unterwerfung, Vermeidung oder Überkompensation zeigen (Berechnungen mit Bewältigung Gesunder Erwachsener). Neben der Bewältigung des Gesunden Erwachsenen weisen nahezu die Hälfte (43.5%) der befragten Personen den Bewältigungsstil Überkompensation auf, während Unterwerfung bei einem Drittel (35.1%) der Befragten vorkommt und Vermeidung bei einem Fünftel (21.4%) aller Personen auftritt (Berechnungen ohne Bewältigung gesunder Erwachsener).

Tabelle 11 Häufigkeiten Schemabewältigung der Einzelpersonen

Schemabewältigung nach Young et al.	Schemabewältigung1 ^a		Schemabewältigung2 ^b	
	Häufigkeiten	%	Häufigkeiten	%
Unterwerfung	5	1.1	154	35.1
Vermeidung	13	3.0	94	21.4
Überkompensation	6	1.4	191	43.5
Gesunder Erwachsener	415	94.5	-	-

Anmerkung. ^an = 439 Personen Bewältigung mit Modus des Gesunden Erwachsenen; ^bn = 439 Personen, Bewältigung ohne Modus des Gesunden Erwachsenen.

Werden nun diese Schemabewältigungsstrategien in die zwei Komponenten der Dominanz und Submissivität umcodiert und daraus die Häufigkeiten berechnet (vgl. Tabelle 12), ergibt sich ebenfalls eine Häufung des Bewältigungsstils des Gesunden Erwachsenen in der vorliegenden Stichprobe, wobei 94.5% der untersuchten Personen flexible, adaptive Bewältigungsstrategien bevorzugen (Berechnungen mit Bewältigung Gesunder Erwachsener). Wird der Bewältigungsmodus des Gesunden Erwachsenen nicht miteinbezogen, bilden submissive Verhaltensweisen wie Unterwerfung und Konfliktvermeidung mit 56.5% der Personen die häufigsten Bewältigungsstrategien von Partnerschaftskonflikten, während dominante Verhaltensweisen wie Überkompensation von 43.5% der Befragten als Strategie angewendet werden (vgl. Tabelle 12).

Tabelle 12 Häufigkeiten Bewältigungsstil der Einzelpersonen

Bewältigungsstil	Bewältigung1 ^a		Bewältigung2 ^b	
	Häufigkeiten	%	Häufigkeiten	%
Submissivität	18	4.1	248	56.5
Dominanz	6	1.4	191	43.5
Gesunder Erwachsener	415	94.5	-	-

Anmerkung. ^an = 439 Personen Bewältigung mit Modus des Gesunden Erwachsenen; ^bn = 439 Personen, Bewältigung ohne Modus des Gesunden Erwachsenen.

Für die Häufigkeitsberechnungen der Bewältigungskonstellationen bei den Paaren wird der Bewältigungsmodus des Gesunden Erwachsenen nach Young nicht mehr berücksichtigt, sondern nur noch mit den Komponenten Submissivität und Dominanz gearbeitet. Die Häufigkeitsberechnungen der Bewältigungskonstellationen ergeben drei von drei möglichen Bewältigungskonstellationen in der vorliegenden Stichprobe (vgl. Tabelle 13). Mit fast der Hälfte der Paare (44.7%) kommt der Bewältigungszirkel mit komplementär submissiv-dominanten Verhaltensweisen, bei denen ein dominanter Partner mit einem submissiven Partner zusammen treffen, am häufigsten vor. Daneben treten symmetrische Bewältigungskonstellationen mit submissiven Verhaltensweisen beider Partner bei einem Drittel der Paare (34.2%) auf, während bei einem Fünftel der Paare (21.1%) symmetrische Bewältigungskonstellationen mit dominantem Verhalten beider Partner vorhanden sind. Insgesamt zeigen die Resultate, dass 55.3% der Paare in symmetrischen Konstellationen leben. Zusatzberechnungen mit Berücksichtigung des Modus des Gesunden Erwachsenen ergeben, dass beinahe alle Paare (89.5%) in Konstellationen leben, bei denen beide Partner den Bewältigungsmodus des Gesunden Erwachsenen aufweisen.

Tabelle 13 Häufigkeitsverteilung der Bewältigungskonstellationen

Bewältigungskombination	Häufigkeiten ^a	%
Symmetrisch dominant	46	21.1
Symmetrisch submissiv	75	34.2
Komplementär submissiv-dominant	98	44.7

Anmerkung. ^an = 219 Paare.

6.4.2 Berechnungen zur Fragestellung 3.1

Die Ergebnisse zur Fragestellung, welche Bewältigungszirkel bei den häufigsten Schemakonstellationen auftreten, sind in Tabelle 14 dargestellt. Tabelle 14 ist zu entnehmen, dass bei der Schemakonstellation 155 mit dem Schema Überhöhte Standards des einen Partners und dem Schema Selbstaufopferung des anderen Partners vorwiegend symmetrische Bewältigungskonstellationen auftreten (61.1%), davon 50% symmetrisch Submissive und 11.1% symmetrisch Dominante. Komplementäre Bewältigungskonstellationen treten bei knapp 40% der befragten Paare auf. Konflikte um die Schemakonstellation 169, in der beide Partner das Schema Überhöhte Standards aufweisen, werden vorwiegend mit komplementär submissiv-dominanten Interaktionen (41.2%) und symmetrisch dominanten (41.2%) Interaktionen gelöst. Insgesamt machen allerdings symmetrische Interaktionszirkel bei der Schemakonstellation 169 mit fast zwei Dritteln (58.8%) die Mehrheit aus. Somit ist bei den zwei häufigsten Schemakonstellationen, wo Überhöhte Standards und Selbstaufopferung aufeinander treffen, keine eindeutige Häufung einer bestimmten Bewältigungskonstellation auszumachen.

Tabelle 14 Häufigkeiten Bewältigungszirkel der Schemakonstellationen 155 und 169

Bewältigungskombination	Schemakombination 155 ^a		Schemakombination 169 ^b	
	Häufigkeiten	%	Häufigkeiten	%
Symmetrisch-dominant	2	11.1	7	41.2
Komplementär	7	38.9	7	41.2
Symmetrisch-submissiv	9	50.0	3	17.6

Anmerkung. ^an = 18 Paare; ^bn = 17 Paare.

6.4.3 Berechnungen zur Fragestellung 3.2

Die Ergebnisse zur Fragestellung, welche Bewältigungszirkel bei den häufigsten Bedürfniskonstellationen auftreten, sind in Tabelle 15 dargestellt. Tabelle 15 ist zu entnehmen, dass der Bedürfniskonstellation 8 mit dem Bedürfnis Selbstwerterhöhung bei beiden Partnern kein eindeutiger Bewältigungszirkel zugeordnet werden kann. 8 von 21 Paaren (38.1%) bewältigen die Grundkonflikte um das Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung mit komplementär submissiv-dominanten Verhaltensweisen, während ähnlich vie-

le Paare symmetrisch submissive Strategien (33.3%) und symmetrisch dominante Strategien (28.6%) verwenden.

Etwas eindeutiger ist das Ergebnis bei der Bedürfniskonstellation 9 mit dem Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung bei einem Partner und dem Bedürfnis nach Lustgewinn beim anderen Partner. Mehr als die Hälfte der Paare (52.2%) bewältigen die Konflikte um die Bedürfnisse nach Selbstwerterhöhung und Lustgewinn mit komplementären Verhaltensweisen, bei denen ein Partner dominant und der andere Partner submissiv ist. Am wenigsten treten bei dieser Konstellation symmetrische Interaktionen auf, in denen beide Partner dominante Bewältigungsstrategien aufweisen (13%), (vgl. Tabelle 15). Auch bei der Bedürfniskonstellation 10 mit dem Bedürfnis nach Lustgewinn bei beiden Partnern, bewältigt nahezu die Hälfte der Paare (46.4%) Konflikte mit den komplementären Verhaltensweisen Dominanz und Submissivität. Mit 25% kommen symmetrisch submissive Interaktionen bei dieser Bedürfniskonstellation am seltensten vor. Somit weisen die Ergebnisse darauf hin, dass die wichtigsten Bedürfniskonstellationen, bei denen das Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung und Lustgewinn/Unlustvermeidung aufeinander treffen, insbesondere mit komplementär submissiv-dominanten Interaktionen bewältigt werden.

Tabelle 15 Häufigkeiten Bewältigungszirkel der Bedürfniskonstellationen 8, 9 und 10

Bewältigungskombination	Bedürfniskombination 8 ^a		Bedürfniskombination 9 ^b		Bedürfniskombination 10 ^c	
	Häufigkeiten	%	Häufigkeiten	%	Häufigkeiten	%
Symmetrisch dominant	6	28.6	6	13.0	8	28.6
Komplementär	8	38.1	24	52.2	13	46.4
Symmetrisch submissiv	7	33.3	16	34.8	7	25.0

Anmerkung. ^an = 21 Paare; ^bn = 46 Paare; ^cn = 28 Paare.

6.4.4 Zusätzliche Ergebnisse zu den Bewältigungsstilen

Zusätzliche Chi-Quadrat (χ^2) Berechnungen (Field, 2009; Ho, 2006) der komplementär submissiv-dominanten Bewältigungskonstellation in Abhängigkeit vom Partnertyp mit den Ausprägungen Partner1 und Partner2 ergeben, dass der Zusammenhang zwischen den Partnern und der komplementären Bewältigungskonstellation mit Dominanz und Submissivität nicht signifikant ist (χ^2 (df = 1) = .019, p = .890). Submissivität kommt bei Partner1 und Partner2 in ähnlicher Häufigkeit vor (Partner1: beobachtete Häufigkeit = 123; %innerhalb Bewältigungskombination = 49.6%; Partner2: beobachtete Häufigkeit = 125; %innerhalb Bewältigungskombination = 50.4%), während auch die Häufigkeitsverteilung Dominanz bei Partner1 und Partner2 ähnlich ist (Partner1: beobachtete

Häufigkeit = 96; %innerhalb Bewältigungskombination = 50.3%; Partner2: beobachtete Häufigkeit = 95; %innerhalb Bewältigungskombination = 49.7%).

Die zusätzlichen Chi-Quadrat (χ^2) Berechnungen der drei Bewältigungsstile Dominanz, Submissivität und Gesunder Erwachsener in Abhängigkeit vom Geschlecht sind in Abbildung 6 dargestellt. Männer und Frauen unterscheiden sich beim submissiven Bewältigungsstil nicht signifikant voneinander (χ^2 (df = 1) = 1.003, $p = .317$). Submissive Verhaltensweisen kommen bei Männern und Frauen ungefähr gleich häufig vor (beobachtete Häufigkeiten Frauen = 134, %innerhalb Bewältigung = 54.0%; beobachtete Häufigkeiten Männer = 114, %innerhalb Bewältigung = 44.0%).

Auch der dominante Bewältigungsstil unterscheidet sich nicht signifikant zwischen Männern und Frauen (χ^2 (df = 1) = 1.003, $p = .317$). Dominante Verhaltensweisen kommen bei Männern und Frauen ungefähr gleich häufig vor (beobachtete Häufigkeiten Frauen = 94, %innerhalb Bewältigung = 49.2%; beobachtete Häufigkeiten Männer = 97, %innerhalb Bewältigung = 50.8%).

Ferner unterscheiden sich Männer und Frauen auch bezüglich Bewältigungsstil des Gesunden Erwachsenen nicht signifikant voneinander (χ^2 (df = 1) = .379, $p = .538$). Flexibles, adaptives Bewältigungsverhalten tritt bei Männern und Frauen ungefähr gleich häufig auf (beobachtete Häufigkeiten Frauen = 217, %innerhalb Bewältigung = 52.3%; beobachtete Häufigkeiten Männer = 198, %innerhalb Bewältigung = 47.7%).

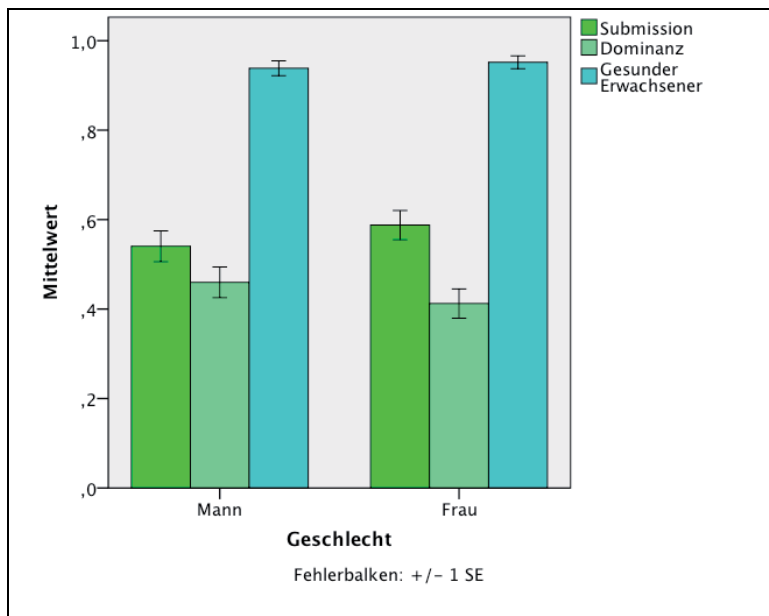


Abbildung 6. Häufigkeiten Bewältigungsstile in Abhängigkeit von Geschlecht.

6.4.5 Beantwortung der Fragestellung 3

Die Fragestellung, welche Bewältigungskonstellationen in Paarbeziehungen am häufigsten auftreten, kann aufgrund der vorliegenden Resultate wie folgt beantwortet werden. Zusammenfassend ist festzuhalten, dass fast alle Personen (94.5%) in der untersuchten Stichprobe den Bewältigungsstil des Gesunden Erwachsenen aufweisen. Entsprechend leben beinahe alle Paare (89.5%) in Konstellationen, bei denen beide Partner den Bewältigungsmodus des Gesunden Erwachsenen innehaben. Wird der Bewältigungsmodus des Gesunden Erwachsenen nach Young et al. (2008) in den Berechnungen weggelassen, weist nahezu die Hälfte der befragten Personen den Schemabewältigungsstil Überkompensation (43.5%) auf, während die Schemabewältigung Unterwerfung bei einem Drittel (35.1%) der Befragten vorkommt und die Schemabewältigung Vermeidung bei einem Fünftel (21.4%) aller Personen auftritt. Analog dazu bilden submissive Verhaltensweisen wie Unterwerfung und Konfliktvermeidung mit 56.5% der Personen die häufigsten Bewältigungsstrategien von Partnerschaftskonflikten, während dominante Verhaltensweisen wie Überkompensation von 43.5% der Befragten angewendet werden.

Die Häufigkeitsberechnungen der Bewältigungskonstellationen bei den befragten Paaren zeigen, dass insgesamt 55.3% der Paare in symmetrischen Konstellationen leben, wobei bei einem Drittel (34.2%) symmetrische Konstellationen mit submissivem Verhalten beider Partner und bei einem Fünftel (21.1%) symmetrische Konstellationen mit dominantem Verhalten beider Partner vorkommen. Komplementär submissiv-dominante Verhaltensweisen treten mit 44.7% bei etwas weniger als der Hälfte der Paare auf.

Die Berechnungen zur Fragestellung, welche Bewältigungskonstellationen bei den häufigsten Schemakonstellationen auftreten, zeigen, dass bei den zwei häufigsten Schemakonstellationen, wo Überhöhte Standards und Selbstaufopferung aufeinander treffen, keine eindeutige Häufung einer bestimmten Bewältigungskonstellation auszumachen ist, da komplementäre und symmetrische Bewältigungskonstellationen in ähnlicher Verteilung vorkommen. Komplementäre Bewältigungszirkel machen jeweils 38.9%, bzw. 41.2% der Stichprobe aus, während die beiden symmetrischen Konstellationen zusammen 61.1% bzw. 58.8% ausmachen.

Allerdings weisen die Ergebnisse zur Fragestellung, welche Bewältigungskonstellationen bei den häufigsten Bedürfniskonstellationen auftreten, darauf hin, dass die drei wichtigsten Bedürfniskonstellationen, bei denen das Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung und Lustgewinn/Unlustvermeidung aufeinander treffen, mehrheitlich mit komplementär submissiv-dominanten Interaktionen bewältigt werden. Komplementäre Bewältigungszirkel kommen in der Bedürfniskonstellation 8 bei mehr als einem Drittel (38.1%) der befragten Paare, bei Konstellation 9 bei mehr als der Hälfte (52.2%) und in Konstellation 10 bei knapp der Hälfte (46.4%) der Paare vor. Symmetrisch dominante

Interaktionen kommen eher seltener vor, da sie mit 28.6%, bzw. 13% in den Bewältigungskonstellationen 8 und 9 untervertreten sind.

Aufgrund dieser zusammengefassten Ergebnisse kann die Hypothese, dass der Bewältigungszirkel der komplementär submissiv-dominanten Interaktion in Paarbeziehungen am häufigsten vorkommt, nur mit Vorsicht bestätigt werden. Bei den befragten Paaren kommt zwar der komplementär submissiv-dominante Bewältigungszirkel bei 44.7% der Paare vor, wobei diese Bewältigungsgruppe von den drei möglichen Bewältigungszirkeln den grössten Anteil ausmacht, doch leben immerhin insgesamt 55.3% der Paare auch in symmetrischen submissiven oder dominanten Bewältigungskonstellationen. Die Häufigkeitsberechnungen der Bewältigungskonstellationen, welche den häufigsten Bedürfniskombinationen zugrunde liegen, verstärken die Tendenz der Häufung komplementärer Bewältigungszirkel, allerdings ist diese bei den häufigsten Schemakonstellationen nicht festzustellen.

Zusätzliche Berechnungen ergeben, dass bezüglich Häufigkeiten des Auftretens von Dominanz und Submissivität innerhalb der komplementär submissiv-dominanten Bewältigungskonstellation bei Partner1 und Partner2 keine signifikanten Unterschiede festzustellen sind. Auch Berechnungen zu den Geschlechtsunterschieden der einzelnen Bewältigungsstile zeigen weder beim Bewältigungsmodus des Gesunden Erwachsenen, noch beim Bewältigungsstil Dominanz, oder dem Bewältigungsstil Submissivität signifikante Unterschiede zwischen Männern und Frauen. Die drei Bewältigungsstile kommen in beiden Gruppen gleich häufig vor.

6.5 Bedürfnisse, Bewältigung und Partnerschaftsqualität

In diesem Kapitel folgt eine Darstellung der Ergebnisse bezüglich der vierten Fragestellung, welche Bedürfnis- und Bewältigungskonstellationen bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren auftreten und welche bei Paaren mit einer hohen und einer eher geringen Partnerschaftsgesamtqualität vorkommen.

Tabelle 16 ist zu entnehmen, dass die Häufigkeitsverteilung der Bedürfniskonstellationen zufriedener Paare sehr ähnlich ist, wie die Häufigkeitsverteilung der Gesamtstichprobe, in welcher neben den zufriedenen Paaren auch 5.3% unzufriedene Paare enthalten sind (vgl. Tabelle 10). Insgesamt zwei Drittel der zufriedenen Paare (63.9%) weisen Konstellationen mit dem Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung und dem Bedürfnis nach Lustgewinn auf. Nur gerade 5.4% der zufriedenen Paare sind in Konstellationen, in denen Bindungsbedürfnis und Kontrollbedürfnis aufeinander treffen. Der Anteil an zufriede-

denen Paaren, bei denen das Bindungs- und Kontrollbedürfnis auf das Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung und Lustgewinn/Unlustvermeidung trifft, beträgt 30.6%.

Aufgrund der Datenlage sind keine Aussagen zu den Bedürfniskonstellationen der unzufriedenen Paare möglich. Werden die 5.3% unzufriedenen Paare aus dem Datenfile gefiltert, bleiben noch 7 Paare, bei denen die Häufigkeitsverteilung der Bedürfniskonstellationen berechnet werden könnte. Da die Kategorienganzahl mit 10 Bedürfniskonstellationen die Fallzahl $n = 7$ übersteigt, sind keine Häufigkeitsaussagen möglich.

Tabelle 16 Häufigkeitsverteilung der Bedürfniskonstellationen bei zufriedenen Paaren

Nr. ^a	BedürfnisA	mit BedürfnisB	Häufigkeit	%
9	Selbstwerterhöhung	Lustgewinn/Unlustvermeidung	47	32.0
10	Lustgewinn/Unlustvermeidung	Lustgewinn/Unlustvermeidung	28	19.0
8	Selbstwerterhöhung	Selbstwerterhöhung	19	12.9
4	Bindung	Lustgewinn/Unlustvermeidung	13	8.8
7	Kontrolle	Lustgewinn/Unlustvermeidung	12	8.2
3	Bindung	Selbstwerterhöhung	11	7.5
6	Kontrolle	Selbstwerterhöhung	9	6.1
5	Kontrolle	Kontrolle	4	2.7
1	Bindung	Bindung	3	2.0
2	Bindung	Kontrolle	1	.7

Anmerkung. $n = 147$ Paare. ^aNummer der Bedürfniskombinationen.

Werden die Paare mit hoher Partnerschaftsgesamtqualität aus dem Datenfile gefiltert, resultieren 73 Paare, deren Partnerschaftsgesamtqualität über dem Mittelwert der Gesamtstichprobe liegt. Wie Tabelle 17 zeigt, weisen knapp zwei Drittel der Paare mit hoher Partnerschaftsgesamtqualität (60.2%), Konstellationen mit dem Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung und dem Bedürfnis nach Lustgewinn auf. Nur gerade 5.5% der Paare mit hoher Partnerschaftsqualität befinden sich in Konstellationen, in denen Bindungsbedürfnis und Kontrollbedürfnis aufeinander treffen. Im Gegensatz zu den zufriedenen Paaren (vgl. Tabelle 16), ist der Anteil der Paare mit hoher Partnerschaftsqualität in Konstellationen, bei denen Bindung und Kontrolle auf Lustgewinn und Selbstwerterhöhung treffen, mit 34.2% leicht höher.

Werden die Paare mit geringer Partnerschaftsgesamtqualität aus dem Datenfile gefiltert, resultieren 81 Paare, deren Partnerschaftsgesamtqualität unter dem Mittelwert der Gesamtstichprobe liegt. Die Häufigkeitsverteilung der Bedürfniskonstellationen ist bei diesen Paaren sehr ähnlich wie bei Paaren mit hoher Partnerschaftszufriedenheit. Tabelle 18 ist zu entnehmen, dass ungefähr zwei Drittel der Paare mit geringer Partnerschaftsgesamtqualität (64.1%) Konstellationen mit dem Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung und dem Bedürfnis nach Lustgewinn aufweisen. 6.2% der Paare mit geringer Partnerschaftsqualität befinden sich in Konstellationen, in denen Bindungsbedürfnis und Kontrollbedürfnis symmetrisch aufeinander treffen. Im Gegensatz zu den Paaren mit hoher

Partnerschaftsqualität (vgl. Tabelle 17), ist der Anteil der Paare mit geringer Partnerschaftsqualität in Konstellationen, bei denen Bindung und Kontrolle auf Lustgewinn und Selbstwerterhöhung treffen, mit 29.7% geringer.

Tabelle 17 *Häufigkeitsverteilung der Bedürfniskonstellationen bei Paaren mit hoher Partnerschaftsgesamtqualität*

<i>Nr.^a</i>	<i>BedürfnisA</i>	<i>mit BedürfnisB</i>	<i>Häufigkeit</i>	<i>%</i>
9	Selbstwerterhöhung	Lustgewinn/Unlustvermeidung	20	27.4
10	Lustgewinn/Unlustvermeidung	Lustgewinn/Unlustvermeidung	15	20.5
8	Selbstwerterhöhung	Selbstwerterhöhung	9	12.3
3	Bindung	Selbstwerterhöhung	7	9.6
7	Kontrolle	Lustgewinn/Unlustvermeidung	7	9.6
4	Bindung	Lustgewinn/Unlustvermeidung	6	8.2
6	Kontrolle	Selbstwerterhöhung	5	6.8
5	Kontrolle	Kontrolle	2	2.7
1	Bindung	Bindung	1	1.4
2	Bindung	Kontrolle	1	1.4

Anmerkung. n = 73 Paare. ^aNummer der Bedürfniskombinationen.

Tabelle 18 *Häufigkeitsverteilung der Bedürfniskonstellationen bei Paaren mit geringer Partnerschaftsgesamtqualität*

<i>Nr.^a</i>	<i>BedürfnisA</i>	<i>mit BedürfnisB</i>	<i>Häufigkeit</i>	<i>%</i>
9	Selbstwerterhöhung	Lustgewinn/Unlustvermeidung	27	33.3
10	Lustgewinn/Unlustvermeidung	Lustgewinn/Unlustvermeidung	13	16.0
8	Selbstwerterhöhung	Selbstwerterhöhung	12	14.8
4	Bindung	Lustgewinn/Unlustvermeidung	8	9.9
7	Kontrolle	Lustgewinn/Unlustvermeidung	6	7.4
3	Bindung	Selbstwerterhöhung	5	6.2
6	Kontrolle	Selbstwerterhöhung	5	6.2
5	Kontrolle	Kontrolle	3	3.7
1	Bindung	Bindung	2	2.5

Anmerkung. n = 81 Paare. ^aNummer der Bedürfniskombinationen.

Die Häufigkeitsverteilungen der Bewältigungskonstellationen bei zufriedenen Paaren sowie bei Paaren mit hoher und geringer Partnerschaftsgesamtqualität sind sehr ähnlich. Tabelle 19 ist zu entnehmen, dass sowohl in gut als auch weniger gut funktionierenden Paarbeziehungen die häufigste Bewältigungskonstellation in der komplementären Interaktion mit Dominanz und Submissivität liegt (45.5% zufriedene Paare, 46.8% Paare mit hoher und 42.7% Paare mit geringer Partnerschaftsgesamtqualität). Daneben bilden symmetrisch submissive Interaktionen die zweithäufigste Bewältigungskonstellation, wobei diese bei Paaren mit geringer Partnerschaftsgesamtqualität mit 36.4% gegenüber zufriedenen Paaren (32.5%) und Paaren mit hoher Partnerschaftsgesamtqualität (32.1%) leicht grösser ist.

Tabelle 19 *Häufigkeitsverteilung der Bewältigungskonstellationen bei zufriedenen Paaren sowie Paaren mit hoher und geringer Partnerschaftsgesamtqualität*

Bewältigungskombination	Zufriedene Paare ^a		Hohe Partnerschaftsqualität ^b		Geringe Partnerschaftsqualität ^c	
	Häufigkeiten	%	Häufigkeiten	%	Häufigkeiten	%
Symmetrisch dominant	46	22.0	23	21.1	23	20.9
Komplementär	95	45.5	51	46.8	47	42.7
Symmetrisch submissiv	68	32.5	35	32.1	40	36.4

Anmerkung. ^an = 209 Paare; ^bn = 109 Paare; ^cn = 110 Paare.

6.5.1 Beantwortung der Fragestellung 4

Die Fragestellung, welche Bedürfnis- und Bewältigungskonstellationen bei zufriedenen und unzufriedenen Paaren auftreten und welche bei Paaren mit einer hohen und einer eher geringen Partnerschaftsgesamtqualität vorkommen, kann aufgrund der vorliegenden Resultate wie folgt beantwortet werden. Zusammenfassend ist festzuhalten, dass die Ergebnisse in den Bedürfniskonstellationen bei zufriedenen Paaren und Paaren mit hoher Partnerschaftsqualität eine ähnliche Häufigkeitsverteilung aufweisen wie die Gesamtstichprobe, in der auch unzufriedene Paare enthalten sind. Zwei Drittel der zufriedenen Paare und Paare mit einer hohen Partnerschaftsgesamtqualität weisen Bedürfniskonstellationen um die Bedürfnisse nach Selbstwerterhöhung und Lustgewinn/Unlustvermeidung auf (zufriedene Paare 63.9%; hohe Partnerschaftsgesamtqualität 60.2%), während Bedürfniskonstellationen, bei denen Bindungs- und Kontrollbedürfnis aufeinander treffen, unterrepräsentiert sind (zufriedene Paare 5.4%; hohe Partnerschaftsgesamtqualität 5.5%). Allerdings ist auch die Verteilung der Paare mit geringer Partnerschaftsqualität ähnlich (64.1% Konstellationen mit Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung und Lustgewinn; 6.2% Konstellationen mit Bindungs- und Kontrollbedürfnis).

Ferner ist die Häufigkeitsverteilung der Bewältigungskonstellationen bei zufriedenen Paaren, Paaren mit hoher und Paaren mit geringerer Partnerschaftsqualität sehr ähnlich, wobei die komplementäre Interaktion mit dominantem und submissivem Verhalten mit fast der Hälfte der untersuchten Paare den grössten Anteil ausmacht (45.5% zufriedene Paare; 46.8% Paare mit hoher und 42.7% Paare mit geringer Partnerschaftsgesamtqualität). Somit unterscheiden sich zufriedene und unzufriedene Paare, bzw. Paare mit einer hohen und geringen Partnerschaftsqualität bezüglich Bedürfnis- und Bewältigungskonstellationen kaum voneinander, womit die Hypothese, dass zufriedene Paare, bzw. Paare mit einer hohen Partnerschaftsqualität andere Bedürfniskombinationen und Bewältigungsmuster aufweisen als unzufriedene Paare, bzw. Paare mit einer eher geringen Partnerschaftsgesamtqualität, abgelehnt werden muss.

7 Diskussion

Nachdem die Ergebnisse dieser Arbeit vorliegen, die Fragestellungen beantwortet, die Hypothesen verifiziert, bzw. falsifiziert sind, sowie der theoretische Bezugsrahmen aufgeschlagen ist, folgt in diesem Kapitel eine Interpretation und kritische Reflexion der gefundenen Phänomene. Zunächst wird hierzu die Arbeit zusammengefasst und die Resultate der Untersuchung unter Einbezug des theoretischen Erkenntnisgewinns interpretiert. Im Weiteren folgen eine kritische Stellungnahme sowie weiterführende Fragen.

7.1 Zusammenfassung und Interpretation der Ergebnisse

In der vorliegenden Arbeit werden Beziehungsmuster in Paarbeziehungen klinisch unauffälliger Paare auf der Grundlage schematherapeutischer Konzepte untersucht. Dabei richtet sich das Augenmerk mit Bezug zur beziehungs-dynamischen Perspektive auf die in Paarbeziehungen vorkommenden Schemakonstellationen, die zugrunde liegenden Bedürfnisstrukturen und die Bewältigungsmuster, welche aus dem Zusammentreffen von individuellen Schemata, Bedürfnissen und Bewältigungsstilen der einzelnen Partner zustande kommen. Die Hypothesen besagen, dass bei klinisch unauffälligen Paaren bestimmte Schema- und Bedürfniskonstellationen gehäuft auftreten, während Probleme überwiegend mit komplementär dominant-submissiven Interaktionen bewältigt werden. Weiter wird die Frage untersucht, ob sich zufriedene und unzufriedene Paare in den Bedürfnis- und Bewältigungsmustern unterscheiden, wobei die Hypothese davon ausgeht, dass bei zufriedenen Paaren andere Bedürfnis- und Bewältigungsmuster vorkommen als bei unzufriedenen Paaren.

Die Hypothesen der vorliegenden Arbeit werden auf der Basis schematherapeutischer Konstrukte anhand des YSQ-S3 von Young et al. (2006) und des SMI von Young et al. (2007) sowie auf der Basis des Konstrukts der Partnerschaftszufriedenheit mittels PFB von Hahlweg (1996) untersucht. Weiter werden bisherige Befunde zu Bedürfnismodellen, Bewältigungsmustern, Zufriedenheitsmerkmalen und beziehungs-dynamischen Modellen aus der Perspektive der Schematherapie, von anderen Psychotherapieschulen und kommunikationstheoretischen Ansätzen zugezogen. Somit kommt die vorliegende Arbeit dem Bedarf an empirisch abgesicherten Befunden zu schematherapeutischen Konzepten in der Paarbehandlung nach und schlägt eine Brücke zwischen lang bewährten Partnerschaftsmodellen und neuen Konzepten der Schematherapie.

Da es sich bei der vorliegenden Arbeit um ein unerforschtes Themengebiet handelt, werden die Hypothesen in einer quantitativen, explorativen Querschnittsuntersuchung mit einem schriftlichen Fragebogen geprüft und die Daten deskriptiv im Sinne eines Überblicks ausgewertet. Die Datenerhebung erfolgt im Zeitraum vom 24.01.2011 bis 10.04.2011, wobei der Fragebogen mittels Onlinepublikationen, Zeitschriftenbeitrag in

der annabelle, sowie Emailversand einer möglichst breiten Öffentlichkeit zugänglich gemacht wird. In die Stichprobe eingeschlossen werden alle Paare im Alter ab 18 Jahren, nach oben offen, die nicht in eine stationäre oder teilstationäre Behandlung eingebunden sind.

7.1.1 Partnerschaftszufriedenheit

Bei der vorliegenden Arbeit handelt es sich um eine Untersuchung an einer klinisch unauffälligen Population, was sich in der hohen Partnerschaftszufriedenheit und der hohen Partnerschaftsgesamtqualität der befragten Paare niederschlägt. Subjektiv beurteilen knapp 95% der Paare ihre Paarbeziehung als zufrieden bis sehr zufrieden, wobei die Partnerschaftsgesamtqualität sogar über den Kennwerten der Normstichprobe von Hahlweg (1996) liegt. Besonders dabei hervorzuheben ist, dass sich die befragten Paare durch ein positives und konstruktives Streitverhalten und eine positive Kommunikation auszeichnen. Insofern werden die Befunde im Sinne Bodenmanns und Widmers (2006), Cierpka und Freverts (1994), Gottmans (1994), Hahlwegs (1991) sowie anderen Autoren bestätigt, dass eine konstruktive, wertschätzende Kommunikation die Konfliktbewältigung positiv begünstigt und die Partnerschaftsqualität wesentlich erhöht. Daraus lässt sich schliessen, dass klinisch unauffällige Paare, bzw. Paare, die nicht in einer Paarbehandlung oder einem stationären Setting sind, eine glückliche, zufriedene Partnerschaft führen und Konflikte mit positivem, einander zugewandtem Streitverhalten lösen können.

7.1.2 Schemakonstellationen

In der Datenauswertung zeigt sich, dass 134 Personen verschiedene Schemata mit gleich hohem Skalenwert aufweisen, womit die Befunde der gleichzeitigen Aktivierung mehrerer Schemata von Young et al. (2008) bestätigt werden, wonach auch gesunde Personen aufgrund ihrer Beziehungserfahrungen internalisierte Beziehungsmuster entwickeln. Insofern ist es aus schematherapeutischer Sicht nicht nur für Patientinnen und Patienten mit Persönlichkeitsstörungen aufgrund der gleichzeitigen Aktivierung mehrerer Schemata sinnvoll mit dem Modusmodell zu arbeiten, sondern auch mit Personen ohne klinischen Hintergrund. Dieser Befund bringt für die paartherapeutische Praxis den Vorteil, dass die Bedürfnisstrukturen und die damit verbundenen emotionalen Erlebenszustände unabhängig von der jeweiligen Schema-Diagnose bearbeitet werden können.

Die Ergebnisse der Schemakonstellationen zeigen, dass Konstellationen, die durch das Zusammentreffen der Schemata Überhöhte Standards, Streben nach Anerkennung und Selbstaufopferung zustande kommen, mit 43% fast die Hälfte der vorliegenden Stichprobe ausmachen. Somit wird die Hypothese, dass einzelne Schemakonstellationen

gehäuft auftreten, bestätigt. Insofern ist festzuhalten, dass in gesunden, zufriedenen Paarbeziehungen Personen zusammenkommen, die vermehrt nach sozial erwünschtem Verhalten und Anerkennung streben, die sich vorwiegend um die Bedürfnisse anderer kümmern und die extrem leistungsbereit und überkritisch zu sich selbst sind, um sich Liebe und Zuneigung zu sichern. Dabei zeigt sich, dass innerhalb der Schemakonstellation Selbstaufopferung mit Überhöhten Standards insbesondere Frauen zu Selbstaufopferung neigen, während Männer ihre Liebe mit Leistung sichern.

Die drei häufigsten Schemata, Überhöhte Standards, Streben nach Anerkennung und Selbstaufopferung basieren auf den zentralen emotionalen Grundbedürfnissen Selbstwerterhöhung und Lustgewinn/Unlustvermeidung. Sie werden der Schemadomäne IV und V zugeordnet unter welche Jacob (2011) konditionierte Schemata subsumiert, die sekundär als Reaktion auf unkonditionierte Schemata resultieren. Mit Bezug auf Young et al. (2008) kann gefolgert werden, dass in gesunden, glücklichen Paarbeziehungen Schemata aktiv sind, die leichter zugänglich sind und die Persönlichkeitsstruktur weniger belasten als unkonditionierte Schemata der Schemadomänen I, II, und III, welche aus der Beeinträchtigung des Bindungs- und Kontrollbedürfnisses hervorgehen und mit starken psychischen Schädigungen bis hin zu Persönlichkeitsstörungen oder dissoziativen Identitätsstörungen einhergehen können.

7.1.3 Bedürfniskonstellationen

Die Befunde zu den Bedürfniskonstellationen zeigen, dass Bedürfnismuster, bei denen das Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung und das Bedürfnis nach Lustgewinn/Unlustvermeidung aufeinander treffen mit 63% bei zwei Dritteln der befragten Paare vorkommen, während Konstellationen bei denen Bindungs- und Kontrollbedürfnis aufeinander treffen mit 6% stark unterrepräsentiert sind. Demnach ist es in gesunden, glücklichen Paarbeziehungen wichtig, dass die Partner einerseits ein positives, sicheres Selbstgefühl aufbauen, sich in ihren Kompetenzen entfalten können und in ihrer Persönlichkeit wertgeschätzt werden, andererseits aber auch Freude, Lusterleben, Glück, Spontaneität und Entspannung erfahren können. Somit kann die Hypothese, dass bestimmte Bedürfniskonstellationen bei Paaren ohne klinischen Hintergrund gehäuft auftreten, bestätigt werden. Allerdings überraschen die Befunde insofern, als in der Literatur die Bedeutung des Bindungsbedürfnisses in Paarbeziehungen vielfach als existentielle Grundlage hervorgehoben wird (Bartholomew, 1990; Bierhoff & Grau, 1999; Greenberg & Johnson, 1988; Hazan & Shaver, 1987). Mit Bezug auf die Befunde von Bierhoff und Grau (1999) sowie Millwood und Waltz (2008), welche davon ausgehen, dass ein sicherer Bindungsstil ein positives Konfliktverhalten und eine hohe Beziehungsqualität begünstigen, kann unter Einbezug der vorliegenden Resultate der positiven Kommunikationsmuster und des konstruktiven Konfliktverhaltens, geschlossen werden, dass glückliche und zufriedene Paare einen sicheren Bindungsstil aufweisen. Weiter kann

gefolgert werden, dass durch die sichere Bindung die Befriedigung des Bindungsbedürfnisses in den Hintergrund tritt und somit Raum für andere Bedürfnisse lässt, welche insbesondere im Dienste der persönlichen Selbstentfaltung im Sinne Ebbecke-Nohlens (2000), Revenstorf und Freudenfeld (2000), Riehl-Emdes (2005) sowie Willis (2008a) stehen.

In der vorliegenden Stichprobe sind die Bedürfniskonstellationen mit dem Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung und dem Bedürfnis nach Lustgewinn/Unlustgewinn bezüglich symmetrischem und komplementärem Muster gleich verteilt. Konstellationen, in denen beide Partner das Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung aufweisen und Konstellationen, in denen beide Partner das Bedürfnis nach Lustgewinn/Unlustvermeiden zeigen, kommen gleich häufig vor, wie Konstellationen, in denen ein Partner nach Selbstwerterhöhung und der andere nach Lustgewinn strebt. Angesichts der hohen Zufriedenheit der befragten Paare, können die Befunde von Stroebe (1977) und Winch (1958) bestätigt werden, dass sowohl die komplementäre Bedürfnisstruktur als auch die symmetrische Bedürfnisstruktur zur Erfüllung der Bedürfnisse in intimen Beziehungen und somit zu einer hohen Partnerschaftsqualität führen kann.

Die vorliegenden Befunde zeigen ferner, dass in gesunden Paarbeziehungen das Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung bei Frauen signifikant häufiger vorkommt als bei Männern, während das Bedürfnis nach Lustgewinn/Unlustvermeidung bei Männern häufiger auftritt als bei Frauen. Unter Berücksichtigung der vorliegenden Befunde der Schemakonstellationen können diese Resultate dahingehend interpretiert werden, dass aus der Frustration des Bedürfnisses nach Selbstwerterhöhung bei Frauen das Schema Aufopferung resultiert, wobei sie sich Liebe und Anerkennung sichern, indem sie stark um die Erfüllung der Bedürfnisse anderer bemüht sind und emotional Verantwortung für das Wohlbefinden des Partners übernehmen, zu Lasten der Selbstentfaltung und der Entwicklung eines eigenen, positiven, sicheren Selbstgefühls. Demgegenüber kompensieren Männer die Frustration des Bedürfnisses nach Lustgewinn/Unlustvermeidung mit Überhöhten Standards, wobei sie durch Leistung, Perfektionismus, emotionaler Härte zu sich selbst und anderen um Liebe und Anerkennung kämpfen, was zu Lasten von Freude, Lusterleben, Glück und Entspannung geht. Somit kann zusammenfassend festgehalten werden, dass in gut funktionierenden Paarbeziehungen nicht die Gefühle von Zugehörigkeit (Bindungsbedürfnis) und Sicherheit (Kontrollbedürfnis) im Vordergrund stehen, weil diese von vornherein gesichert sind, sondern das gemeinsame Erleben von Freude und Lust sowie die gegenseitige Wertschätzung.

7.1.4 Bewältigungskonstellationen

Die Resultate des positiven Kommunikationsmusters und des konstruktiven Streitverhaltens der vorliegenden Stichprobe spiegeln sich auch in der Bewältigungsstruktur

wieder. 90% aller Paare weisen den Modus des Gesunden Erwachsenen auf, wobei sie im Sinne Roedigers (2011a) in der Lage sind, Konflikte konstruktiv, mit einem Repertoire an verschiedenen Bewältigungsstrategien zu lösen und eigene Bedürfnisse angemessen zu befriedigen. In Anlehnung an Kernberg (1988) kann daraus gefolgert werden, dass gesunde und glückliche Paare eine stabile Persönlichkeitsstruktur mit höherem Ich-Funktionsniveau haben, das ihnen ermöglicht auf Situationen flexibel zu reagieren, selbstreflexive Funktionen einzunehmen, verschiedene Selbstanteile, bzw. Schemamodi, zu integrieren und eigene Bedürfnisse im Sinne der Selbstfürsorge zu befriedigen. Weiter gelingt es glücklichen Paaren aus schematherapeutischer Sicht, im Modus des Gesunden Erwachsenen abwechselnd dominante und submissive Strategien anzuwenden und sich innerhalb der Beziehung gegenseitig elterlich nachzunähren, ohne sich voneinander abhängig zu machen, was Willi (1975, 2010) im Kollusionsmodell als flexibler Wechsel zwischen regressiven und progressiven Tendenzen bei gesunden Paaren bezeichnet. Entgegengesetzt der kollusiven Verstrickung gelingt es zufriedenen Paaren, die Bedürfnisse nicht nur über den Partner zu stillen, sondern eigene Bedürfnisse selber zu befriedigen, die sie in der Kindheit entbehren mussten. Somit bleibt vermutlich auch die Enttäuschung im Sinne Willis durch die Reinszenierung alter Beziehungsmuster bei glücklichen Paaren weitgehend aus, was sich in der hohen Partnerschaftsqualität der befragten Paare äußert. Wird die hohe Partnerschaftszufriedenheit der vorliegenden Stichprobe berücksichtigt, kann angenommen werden, dass der Modus des Gesunden Erwachsenen die positive Reziprozität in der intimen Beziehung begünstigt. Dies wird mit den Befunden Gottmans (1994) bestätigt, indem er sagt, dass Paare, die sich im Sinne einer positiven Reziprozität im Partnerschaftskonflikt aufeinander einlassen und sowohl positive als auch negative Emotionen zulassen, eine längere Beziehungsdauer haben als Paare, die sich in Konflikten feindselig begegnen. Im Sinne Grawes (2004) kann dieser Befund auch dahingehend gedeutet werden, dass gesunde Paare in der Paarbeziehung emotionale Grundbedürfnisse erfüllen können, so dass ein Zustand von Konsistenz eintritt. Für die schematherapeutische Paarbehandlung bedeutet der vorliegende Befund, dass das Therapieziel, nämlich das Anstreben des Modus des Gesunden Erwachsenen, insbesondere in der Paartherapie sinnvoll ist, zumal damit alte Beziehungsmuster innerhalb der Paarbeziehung durchbrochen werden können und sich die Partner als eigenständige, selbstverantwortliche Individuen innerhalb der partnerschaftlichen Dyade erleben können.

Werden die Bewältigungsstrukturen betrachtet, die neben dem Modus des Gesunden Erwachsenen auftreten, kann kein eindeutiges Bild festgemacht werden. Den Ergebnissen der vorliegenden Untersuchung zufolge weist mit 45% bis 52% die Hälfte der Paare eine komplementäre Bewältigungskonstellation auf, bei der ein Partner eher zu submissivem Verhalten in Form von Schemavermeidung oder Unterwerfung, der andere Part-

ner eher zu dominanten Strategien in Form von Überkompensation neigt. Allerdings bestehen ebenfalls bei der Hälfte der befragten Paare symmetrische Bewältigungskonstellationen, wobei bei 34% beide Partner submissive Verhaltensweisen und bei 21% beide Partner dominante Strategien aufzeigen. Insofern kann die Hypothese, dass der Bewältigungszirkel der komplementär submissiv-dominanten Interaktion in Paarbeziehungen gehäuft vorkommt, in Anlehnung an Roediger (2010) und Willi (1975, 2010) bestätigt werden, unter dem Vorbehalt, dass die einzelnen symmetrischen Konstellationen als eigenständige Bewältigungszirkel betrachtet werden. Grundsätzlich kann daraus geschlossen werden, dass bei gesunden, glücklichen Paaren sowohl symmetrische als auch komplementäre Bewältigungsmuster auftreten, die im Sinne Watzlawicks et al. (2007) nicht zwingend maladaptiv sind, da sie dank des Modus des Gesunden Erwachsenen flexibel eingesetzt werden können und zu einem homöostatischen Gleichgewicht beitragen. Aus schematherapeutischer Perspektive werden in gesunden, zufriedenen Paarbeziehungen unverarbeitete Grundkonflikte um die Schemata Überhöhte Standards, Streben nach Anerkennung und Selbstaufopferung sowie um die Bedürfnisse Selbstwerterhöhung und Lustgewinn/Unlustvermeidung mit flexiblem Wechsel zwischen komplementären und symmetrischen Bewältigungsmustern auf der Basis des Ich-Funktionsniveaus des Gesunden Erwachsenen gelöst. Dabei weisen glückliche Paare eine hohe Konfliktfähigkeit in symmetrischen und komplementären Beziehungen auf.

Die vorliegenden Befunde zeigen weiter, dass bei gesunden, glücklichen Paaren zwischen Männern und Frauen keine Unterschiede in den Bewältigungsstilen Dominanz, Submissivität und Gesunder Erwachsener bestehen. Somit werden die Befunde von Reichle und Dette-Hagenmeyer (2008), dass Männer eher zu passiv-vermeidenden Strategien und Frauen eher zu aktiv-vermeidenden Strategien neigen, anhand schematherapeutischer Befunde widerlegt. Frauen und Männer unterscheiden sich zwar in den emotionalen Grundbedürfnissen und in den Schemata, aber nicht in der Art und Weise, wie sie damit umgehen.

7.1.5 Partnerschaftszufriedenheit, Bedürfnis- und Bewältigungsmuster

Die Befunde der vorliegenden Arbeit weisen darauf hin, dass zufriedene Paare und Paare mit einer hohen Partnerschaftsqualität ähnliche Bedürfnis- und Bewältigungsmuster aufweisen, wie Paare mit einer eher geringen Partnerschaftsqualität und die Gesamtstichprobe, in der auch wenige unzufriedene Paare enthalten sind. Nahezu die Hälfte glücklicher Paare bewältigen Konflikte um die Grundbedürfnisse Selbstwerterhöhung und Lustgewinn/Unlustvermeidung mit komplementären Interaktionen (43 - 47%), während symmetrische Interaktionen mit submissivem Verhalten bei 32 - 36% und symmetrische Interaktionen mit dominantem Verhalten bei 22% der glücklichen Paare vorkommen. Daraus kann geschlossen werden, dass die Art der Bedürfnis- und Bewälti-

gungsmuster keinen Einfluss auf die Partnerschaftsqualität hat, sondern dass es wichtiger ist, die Bedürfnisse angemessen zu befriedigen, womit die Hypothese, dass zufriedene Paare andere Bedürfnis- und Bewältigungskonstellationen aufweisen als unzufriedene Paare, abgelehnt werden muss. Allerdings ist für die Interpretation zu erwägen, dass es sich bei der vorliegenden Stichprobe um eine sehr zufriedene Population handelt, die eine hohe Partnerschaftsqualität aufweist, so dass nur wenige Paare eine äußerst geringe Partnerschaftsqualität beschreiben. Insofern ist das methodische Vorgehen, in dem der Mittelwert der Partnerschaftsgesamtqualität als Cut-Off-Wert beigezogen wurde, kritisch zu hinterfragen, da damit keine genaue Differenzierung innerhalb der subjektiven Qualitätsskala berücksichtigt wird. Weiter ist zu prüfen, ob die Fragestellung nach Zusammenhängen von Zufriedenheit, Bedürfnis- und Bewältigungskonstellationen bei einer gesunden Stichprobe sinnvoll ist, da Paare, die nicht eine Paartherapie oder stationäre Behandlungen aufsuchen, ihre subjektive Zufriedenheit ohnehin hoch einschätzen und Paare mit Beziehungskrisen, die aber nicht paartherapeutische Hilfe in Anspruch nehmen, schwer für eine Befragung zu rekrutieren sind.

7.2 Fazit

Zusammenfassend kann gefolgert werden, dass gesunde Paare, die klinisch oder paartherapeutisch nicht angebunden sind, eine hohe Partnerschaftsqualität aufweisen und in der Partnerschaft sehr glücklich sind. Sie weisen Schemakonstellationen um die Schemata Erhöhte Standards, Streben nach Anerkennung und Selbstaufopferung sowie Bedürfnismuster um die emotionalen Grundbedürfnisse Selbstwerterhöhung und Lustgewinn/Unlustvermeidung auf. Dabei ist festzuhalten, dass insbesondere bei Frauen aus der Frustration des Bedürfnisses nach Selbstwerterhöhung das Schema Aufopferung resultiert, mit welchem sie mittels Fürsorge um andere und Fokussierung auf die Bedürfnisse anderer Anerkennung und Liebe in einer Paarbeziehung anstreben, zu Lasten der Entwicklung eines eigenen, positiven, sicheren Selbstgefühls. Demgegenüber kompensieren Männer die Frustration des Bedürfnisses nach Lustgewinn/Unlustvermeidung mit Überhöhten Standards, wobei sie durch Leistung, Perfektionismus, emotionale Härte zu sich selbst und anderen um Liebe und Anerkennung kämpfen, was zu Lasten von Spontaneität, Freude, Lusterleben und Entspannung geht. Auch wenn glückliche Paare damit vertraute Beziehungsrituale aus der Herkunftsfamilie in die Partnerschaft hineintragen, gelingt es ihnen, Probleme mit konstruktivem Konfliktverhalten, positiver einander zugewandter Kommunikation und einem Repertoire an Bewältigungsstilen, die sie flexibel einsetzen können, zu bewältigen. Zufriedene Paare weisen somit auch in symmetrischen und komplementären Beziehungskonstellationen eine hohe Konfliktfähigkeit auf, da sie über ein hohes Ich-Funktionsniveau verfügen, welches sich im Modus des Gesunden Erwachsenen äussert. Damit können sie eigene Bedürfnisse, statt

über den Partner, im Sinne von Selbstfürsorge, selber befriedigen, wobei sie einer kollusiven Verstrickung in der partnerschaftlichen Dyade entgegen wirken. Demzufolge sind zufriedene Paare in der Lage, eigene Bedürfnisse und Emotionen von Verletzbarkeit, Hoffnungslosigkeit, Wut und Trauer in der Paarbeziehung zuzulassen, sich selbstverantwortlich und selbstfürsorglich um sich selbst zu kümmern, aber auch den Partner nach Bedarf zu umsorgen und für ihn da zu sein. Da in gesunden Paarbeziehungen das Bindungs- und Kontrollbedürfnis kaum relevant ist, ist davon auszugehen, dass glückliche Paare sicher gebunden sind und vor allem konditionierte Schemata aufweisen, die in Bezug auf die Persönlichkeitsstruktur und die Beziehungsdynamik weniger schädigend wirken als unkonditionierte Schemata der ersten drei Domänen. Mit Bezug zu bindungstheoriebasierten Befunden in Paarbeziehungen, Kernbergs Theorie der Persönlichkeitsstruktur (1988) und Youngs Konzept von Persönlichkeitsstörungen (2008), kann angenommen werden, dass unzufriedene Paare in problembehafteten Paarbeziehungen vermehrt unsicher gebunden sind, deshalb weniger adaptive Bewältigungsstrategien aufweisen, womit sich eine zu starke Fixierung auf Bindung und Kontrolle wiederum negativ auf die Partnerschaft auswirkt, im Sinne negativer Reziprozität. Allerdings wäre diese Hypothese in einer weiterführenden Untersuchung zu prüfen.

Grundsätzlich kann aus den vorliegenden Befunden geschlossen werden, dass zufriedene Paarbeziehungen dann gut funktionieren, wenn sich beide Partner um die eigene Bedürfniserfüllung bemühen, im Sinne der Selbstfürsorge, wenn die Paare lustvolle, angenehme Dinge miteinander erleben und wenn sie einander wertschätzen und sich gegenseitig positiv bestätigen. Für die Paartherapie sind diese Befunde von grosser Bedeutung, zumal davon mögliche Therapieziele abgeleitet werden können.

Werden die vorliegenden Befunde aus schematherapeutischer Perspektive mit anderen Partnerschaftsmodellen verglichen, kann festgehalten werden, dass das Schemamodell mit dem Modus des Gesunden Erwachsenen ein Konzept für die Paarbehandlung bietet, das bisherige Partnerschaftsmodelle um eine ressourcenorientierte Perspektive erweitert. Ferner bietet das Schematherapiemodell für die Paarbehandlung mit den Schema-, Bedürfnis- und Bewältigungskonstellationen eine differenziertere, feingliedrigere Systematik zur Erfassung von Partnerschaftskonflikten und Beziehungsmustern als andere Partnerschaftsmodellen, welche eine grobe Einteilung von möglichen Beziehungsmustern vorschlagen. So weist etwa das Kollusionsmodell von Willi vier Formen kollusiver Verstrickung auf, während Gottman mit der Unterteilung in positive und negative kommunikative Verhaltensweisen sowie Watzlawick mit der Unterscheidung der symmetrischen und komplementären Interaktionen eine zweiteilige Differenzierung der Beziehungsdynamik vornehmen.

7.3 Kritische Stellungnahme und weiterführende Überlegungen

Mit der vorliegenden Arbeit werden Aussagen zu den am häufigsten vorkommenden Schema- und Bedürfniskonstellationen gemacht. Aufgrund der geringen Stichprobengrösse können keine Erkenntnisse zu allen 171 möglichen Schemakonstellationen gezogen werden, was sich bei einer grösseren Stichprobe allenfalls ändern würde. Deshalb wäre es sinnvoll, in einer weiteren Untersuchung die Signifikanz aller Schema- und Bedürfniskonstellationen in einer grösseren Stichprobe zu überprüfen. Ein grosses Problem der vorliegenden Arbeit besteht in der Rekrutierung einer genügend grossen Stichprobe, wobei der Aufwand zur Stichprobengewinnung den Ertrag aufgrund der grossen Dropout-Rate übersteigt. Die Schwierigkeit scheint insbesondere darin zu bestehen, beide Partner einer Paarbeziehung für die Teilnahme an der Untersuchung zu gewinnen. Deshalb wäre es sinnvoll, in einer nächsten Studie die Datenerhebung über einen längeren Zeitraum zu planen und im direkten Kontakt, beispielsweise in Paar- und Familienberatungsstellen, ambulanten Praxen und Vereinen durchzuführen, wobei die Resultate wieder direkt in den beraterischen oder therapeutischen Prozess einfliessen könnten. Die Datenerhebung über zusätzliche Onlineplattformen und Zeitschriftenpublikationen scheint grundsätzlich sinnvoll zu sein.

Ein weiterer kritischer Punkt besteht darin, dass in der vorliegenden Arbeit hauptsächlich zufriedene Paare vertreten sind, so dass nur Tendenzen zu den Bedürfnis- und Bewältigungskonstellationen bei unzufriedenen Paaren ausgemacht werden können. Einerseits ist die hohe Partnerschaftszufriedenheit auf das Antwortverhalten zugunsten der sozialen Erwünschtheit zurückzuführen, welche in der Sozialforschung verbreitet ist. Andererseits gestaltet es sich schwierig, in der breiten Öffentlichkeit Paare mit Beziehungskrisen für eine Umfrage zu gewinnen. Angesichts der hohen Scheidungsrate ist davon auszugehen, dass Paare ihre partnerschaftliche Zufriedenheit subjektiv höher einschätzen als sie objektiv ist und ihre Beziehungsprobleme verdrängen oder selbstwert-erhaltend beschönigen. Dies spricht dafür, dass in einer nächsten Untersuchung Daten von Paaren in einer Paarberatung oder Paartherapie zugezogen werden sollten. Weiter ist es von Interesse zu untersuchen, ob in einer klinischen Stichprobe oder bei Paaren in Paartherapie andere Schemakonstellationen vorhanden sind und das Bindungs- und Kontrollbedürfnis stärker hervortreten, was aufgrund der Befunde von Bierhoff und Grau (1999) sowie Willi (1975, 2010) anzunehmen ist. Diese Annahme wird durch die Befunde der Bindungsforschung bestätigt, wonach 50 - 70% der Personen sicher gebunden sind und weniger Bindungsstörungen aufweisen (Ainsworth, 1968; Van Ijzendoorn & Kroonenberg, 1988), während sich nach Liotti (2008) sowie Meyer und Pilkonis (2008) aus desorganisierten Bindungsstilen Borderline-Persönlichkeitsstörung oder dissoziative Identitätsstörungen entwickeln können. Unter Einbezug dieser Erkenntnisse ist davon auszugehen, dass sich die Bewältigungsstrukturen in einer klinischen Stich-

probe oder bei Paaren in Paartherapie ändern, wobei sich starke Bindungs- und Kontrollansprüche negativ auf die Paarbeziehung auswirken könnten.

In der vorliegenden Untersuchung wurden sowohl hetero- als auch homosexuelle Paare eingeschlossen. Obwohl die homosexuellen Paare nur einen kleinen Anteil der Stichprobe ausmachen, ist es von Interesse genauer zu untersuchen, ob sich homosexuelle und heterosexuelle Paare bezüglich Schema- und Bedürfnisstrukturen unterscheiden. Aus entwicklungspsychologischer Perspektive ist anzunehmen, dass homosexuelle Menschen unter anderem im Rahmen der psychosexuellen Entwicklung andere Beziehungserfahrungen machen als Heterosexuelle und demnach andere Schemata entwickeln.

Die vorliegende Arbeit zeigt den integrativen Charakter der Schematherapie auf, wobei sich die Schematherapie auf Modelle psychodynamischer, emotional verstehender, kognitiv-behavioraler und bindungstheoretischer Ansätze beruft. Insofern wäre es interessant, zusätzliche Vergleiche mit anderen Therapieschulen zu ziehen, beispielsweise mit systemtheoretischen Ansätzen, um zu prüfen, inwiefern schematherapeutische Beziehungsmuster in die Genogrammarbeit einfließen könnten. Das Themenfeld rund um den erotisch sexuellen Bereich in Paarbeziehungen wird mit dem Schemakonzept vernachlässigt. Um die Schema- und Bedürfnismuster unter diesem Gesichtspunkt zu beleuchten, wären zusätzliche Untersuchungen mit entsprechenden Theorien und Messinstrumenten, beispielsweise der Dreieckstheorie der Liebe nach Sternberg (1986) nötig.

Abstract

In der vorliegenden Arbeit werden Beziehungsmuster in Paarbeziehungen klinisch unauffälliger Paare auf der Grundlage schematherapeutischer Konzepte von Young und Mitarbeitenden untersucht. Dabei richtet sich das Forschungsinteresse auf die in Paarbeziehungen vorkommenden Schemakonstellationen, die zugrunde liegenden Bedürfnisstrukturen und die Bewältigungsmuster, welche aus dem Zusammentreffen von individuellen Schemata, Bedürfnissen und Bewältigungsstilen der einzelnen Partner zustande kommen. Zur empirischen Überprüfung wurden die Daten in einer explorativen Querschnittsuntersuchung mit einem schriftlichen Fragebogen, bestehend aus dem Young Schema Questionnaire (YSQ-S3), dem Schema Mode Inventory (SMI) und dem Partnerschaftsfragebogen (PFB) erhoben, indem er über verschiedene Online- und Printkanäle einer breiten Öffentlichkeit zugänglich gemacht wurde. Es wurde aufgezeigt, dass in gesunden, glücklichen Paarbeziehungen Schemakonstellationen mit den Schemata Erhöhte Standards, Streben nach Anerkennung und Selbstaufopferung auftreten, die in Verbindung mit dem Bedürfnis nach Selbstwerterhöhung und Lustgewinn/Unlustvermeidung stehen. Daneben wiesen Schemakonstellationen rund um das Bindungs- und Kontrollbedürfnis bei glücklichen Paaren keine Relevanz auf. Weiter konnte aufgezeigt werden, dass zufriedene Paare über ein Repertoire an adaptiven Bewältigungsstrategien verfügen, wobei sich die Paare durch eine hohe Konfliktfähigkeit mit positiver, konstruktiver Kommunikation auszeichnen. Aus den Befunden kann gefolgert werden, dass gesunde, zufriedene Paare zwar vertraute Beziehungsmuster aus der Herkunftsfamilie in die Paarbeziehung hineinbringen, diese aber aufgrund ihrer stabilen Persönlichkeitsstruktur mit höherem Ich-Funktionsniveau, welches sich aus schematherapeutischer Perspektive im Modus des Gesunden Erwachsenen äussert, mit flexiblen, dem Erwachsenenalter entsprechenden Strategien bewältigen können, womit eine kollusive Verstrickung verhindert wird. Ferner erreichen Paare dann eine hohe Partnerschaftsqualität, wenn sich beide Partner selbstverantwortlich um die eigene Bedürfniserfüllung bemühen, wenn Paare lustvolle, angenehme Dinge miteinander erleben und wenn sie sich gegenseitig wertschätzen und positiv bestätigen.

Literaturverzeichnis

- Ainsworth, M. (1968). Object relations, dependency and attachment: A theoretical review of the infant-mother relationship. *Child Development*, 40, 969-1025.
- Ainsworth, M., Blehar, M., Waters, S. & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment*. Hillsdale: Erlbaum.
- Arbeitskreis OPD. (2009) (Hrsg.), *Operationalisierte Psychodynamische Diagnostik OPD-2. Das Manual für Diagnostik und Therapieplanung* (2., überarbeitete Auflage). Bern: Huber.
- Arranz Becker, O., Rüssmann, K. & Hill, P.B. (2005). Wahrnehmung und Bewältigung von Konflikten und die Stabilität von Partnerschaften. *Zeitschrift für Familienforschung*, 17 (3), 251-278.
- Bamelis, L., Arntz, A. et al. (o.J.). *Effektivität der Schematherapie bei Cluster C-Störungen*. Unveröffentlicht: Studie am Laufen.
- Bamelis, L., Giesen-Bloo, J., Bernstein, D. & Arntz, A. (2011). Effektivitätsstudien zur Schematherapie. In E. Roediger & G. Jacob (Hrsg.), *Fortschritte der Schematherapie. Konzepte und Anwendungen* (S. 86-103). Göttingen: Hogrefe.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy. An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.
- Bateson, G. (1958). *Naven* (2. Auflage). Stanford University Press.
- Bauriedl, T., Cierpka, M., Neraal, T. & Reich, G. (2002). Psychoanalytische Paar- und Familientherapie. In M. Wirsching & P. Scheib (Hrsg.), *Paar- und Familientherapie* (S. 79-105). Berlin, Heidelberg, New York: Springer.
- Beck, A.T. (1967). *Depression. Causes and treatment*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
- Beck, A.T., Ward, C.H., Mendelson, M., Mock, J. & Erbaugh, J. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4, 561-571.
- Behary, W. (2011). Wo steht die Schematherapie heute? In E. Roediger & G. Jacob (Hrsg.), *Fortschritte der Schematherapie. Konzepte und Anwendungen* (S. 13-17). Göttingen: Hogrefe.
- Berbalk, H., Grutschpalk, J., Parfy, E. & Zarbock. (2010). *Young Schema Questionnaire (YSQ-S3)*. o.O.: o.V. (Rechte zur Verwendung bei Dr. phil. G. Zarbock, IVAH Institut für Verhaltenstherapie-Ausbildung Hamburg). (Original erschienen 2006: Young Schema Questionnaire)
- Berguis, R. (2004). Bedürfnis. In H.O. Häcker & K.-H. Stapf (Hrsg.), *Dorsch. Psychologisches Wörterbuch* (14., überarbeitete und erweiterte Auflage) (S. 109-110). Bern: Hans Huber.
- Berne, E. (1961). *Spiele der Erwachsenen*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- Bernstein, D., Arntz, A. et al. (o.J.). *Effektivität der Schematherapie bei Cluster-B-Störungen im forensischen Setting*. Unveröffentlicht: Studie am Laufen.
- Bierhoff, H.W. & Grau, I. (1999). *Romantische Beziehungen. Bindung, Liebe, Partnerschaft*. Bern: Huber.
- Bierhoff, H.W. & Rohmann, E. (2005). *Was die Liebe stark macht. Die neue Psychologie der Paarbeziehung* (2. Auflage). Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- Bodenmann, G. (2000). Das Freiburger Stresspräventionstraining für Paare. In P. Kaiser (Hrsg.), *Partnerschaft und Paartherapie* (S. 293-304). Göttingen, Bern, Toronto, Seattle: Hogrefe.

- Bodenmann, G. & Widmer, K. (2006). Die Förderung von Paarkompetenzen zur Vorbeugung von Beziehungsstörungen. In W. Lutz (Hrsg.), *Lehrbuch der Paartherapie* (S. 80-104). München: Reinhardt.
- Bongers, D., Schulthess, P., Strümpfel, U. & Leuenberger, A. (2005). *Gestalttherapie und Integrative Therapie*. Bergisch Gladbach: EHP-Andreas Kohlhage.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1975). *Bindung. Eine Analyse der Mutter-Kind-Beziehung*. München: Kindler.
- Brandtstädter, J. & Felser, G. (2003). *Entwicklung in Partnerschaften. Risiken und Ressourcen*. Bern: Huber.
- Braukhaus, C., Sassmann, H. & Hahlweg, K. (2000). Erfolgsbedingungen von Partnerschaften. In P. Kaiser (Hrsg.), *Partnerschaft und Paartherapie* (S. 173-189). Göttingen, Bern, Toronto, Seattle: Hogrefe.
- Caspar, F. (2004). Paartherapie. In H.O. Häcker & K.-H. Stapf (Hrsg.), *Dorsch. Psychologisches Wörterbuch* (14., überarbeitete und erweiterte Auflage) (S. 677). Bern: Hans Huber.
- Cierpka, M. (1988). Einführung. In M. Cierpka (Hrsg.), *Familiendiagnostik* (S. 1-13). Berlin, Heidelberg, New York: Springer.
- Cierpka, M. & Frevert, G. (1994). *Die Familienbögen. Ein Inventar zur Einschätzung von Familienfunktionen*. Göttingen: Hogrefe.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd edition). Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.
- de Shazer, S. (1989). *Wege der erfolgreichen Kurztherapie*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Dryer, D.C. & Horowitz, L.M. (1997). When do opposites attract? Interpersonal complementarity versus similarity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 592-603.
- Ebbecke-Nohlen, A. (2000). Systemische Paartherapie. Das Balancieren von Gemeinsamkeiten und Unterschieden. *Psychotherapie im Dialog, Zeitschrift für Psychoanalyse, Systemische Therapie und Verhaltenstherapie*, 2 (6), 21-28.
- Epstein, S. (1993). Implications of cognitive-experiential self-theory for personality and developmental psychology. In D.C. Funder, R.D. Parke, C. Tomlinson-Keasey & K. Widaman (Eds.), *Studying lives through time. Personality and development* (pp. 399-438). Washington DC: American Psychological Association.
- Farrell, J.M., Shaw, I.A. & Webber, M.A. (2009). A schema-focused approach to group psychotherapy for outpatients with borderline personality disorder. A randomized controlled trial. *Journal of Behavioral Therapy and Experimental Psychiatry*, 40 (2), 317-328.
- Felser, G. (2007). Familie und Partnerschaft als Entwicklungskontexte. In J. Brandtstädter & U. Lindenberger (Hrsg.), *Entwicklungspsychologie der Lebensspanne* (S. 446-482). Stuttgart: Kohlhammer.
- Field, A. (2009). *Discovering statistics using spss* (3th edition). London: Sage Publications Ltd.
- Frevert, G., Cierpka, M. & Joraschky, P. (2008). Familiäre Lebenszyklen. In M. Cierpka (Hrsg.), *Handbuch Familiendiagnostik* (3., aktualisierte und ergänzte Auflage) (S. 171-197). Heidelberg: Springer.
- Giesen-Bloo, J., van Dyck, R., Spinhoven, P., van Tilburg, W., Dirksen, C., van Asselt, T., Kremers, I., Nadort, M. & Arntz, A. (2006). Outpatient psychotherapy for borderline personality disorder. *Archives of General Psychiatry*, 63 (6), 649-658.

- 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 (1), 6-15.
- Gottman, J.M. (1994). *What predicts divorce. The relationship between marital processes and marital outcome*. Hillsdale, N.J.: Erlbaum.
- Gottman, J.M. (2010). *Die 7 Geheimnisse der glücklichen Ehe* (9. Auflage). Berlin: Ullstein.
- Grawe, K. (1998). *Psychologische Therapie*. Göttingen: Hogrefe.
- Grawe, K. (2004). *Neuropsychotherapie*. Göttingen: Hogrefe.
- Greenberg, L. & Johnson, S. (1988). Curative principles in marital therapy. A response to Wile. *Journal of Family Psychology*, 2, 28-31.
- Greenberg, L. & Paivio, S. (1997). *Working with emotions in psychotherapy*. New York: Guilford Press.
- Greenberg, L., Rice, L. & Elliot, R. (2003). *Emotionale Veränderung fördern. Grundlagen einer prozess- und erlebensorientierten Therapie*. Junfermann: Paderborn. (Original erschienen 1993: Facilitating emotional change. The moment-by-moment process. New York: Guilford Press)
- Guerny, B. (1977). *Relationship enhancement*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Haley, J. (1975). *Gemeinsamer Nenner Interaktion*. München: Pfeiffer.
- Haley, J. (1977). *Direktive Familientherapie*. München: Pfeiffer.
- Hahlweg, K. (1991). Störung und Auflösung von Beziehungen. Determinanten der Ehequalität und -stabilität. In M. Amelang, H.-J. Ahrens & H.W. Bierhoff (Hrsg.), *Partnerwahl und Partnerschaft* (S. 117-152). Göttingen: Hogrefe.
- Hahlweg, K. (1996). *Fragebogen zur Partnerschaftsdiagnostik (FPD). Partnerschaftsfragebogen (PFB)*. Göttingen: Hogrefe.
- Hahlweg, K., Schindler, L. & Revenstorf, D. (1982). *Partnerschaftsprobleme. Diagnose und Therapie. Handbuch für den Therapeuten*. Berlin: Springer.
- Hassebrauck, M. & Fehr, B. (2002). Dimensions of relationship quality. *Personal Relationships*, 9, 253-270.
- Hazan, C. & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Hehl, F. J. (2002). *Von der Herkunftsfamilie zur Paartherapie*. Heidelberg: Asanger.
- Herzberg, P.Y. & Sierau, S. (2010). Das Konfliktlösungsstil-Inventar für Paare (KSIP). Psychometrische Eigenschaften und Validierung der autorisierten deutschsprachigen Übersetzung. *Diagnostica*, 56 (2), 94-107.
- Ho, R. (2006). *Handbook of univariate and multivariate data analysis and interpretation with SPSS*. Boca Raton: Chapman & Hall/CRC, Taylor & Francis Group.
- Hull, C.L. (1952). *A behavior system*. New Haven: Yale University Press.
- Hyler, S., Rieder, R.O., Spitzer, R.L. & Williams, J. (1987). *Personality Diagnostic Questionnaire – Revised*. New York: New York State Psychiatric Institute.
- International Society for Schema Therapy (ISST). (2010). www.isst-online.com.
- Jacob, G.A. (2011). Einführung in die Schematherapie. In E. Roediger & G. Jacob (Hrsg.), *Fortschritte der Schematherapie. Konzepte und Anwendungen* (S. 18-29). Göttingen: Hogrefe.
- Kaiser, P. (2000). Partnerschaft und Herkunftsfamilie. In P. Kaiser (Hrsg.), *Partnerschaft und Paartherapie* (S. 113-146). Göttingen, Bern, Toronto, Seattle: Hogrefe.
- Kernberg, O.F. (1988). *Schwere Persönlichkeitsstörungen. Theorie, Diagnose, Behandlungsstrategien*. Stuttgart: Klett-Cotta.

- Kirby, J.S., Baucom, D.H. & Peterman, M.A. (2005). An investigation of unmet intimacy needs in marital relationships. *Journal of Marital and Family Therapy*, 31 (4), 313-325.
- Kirkpatrick, L.A. & Davis, K.E. (1994). Attachment style, gender, and relationship stability. A longitudinal analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 502-512.
- Kohut, H. (1987). *Wie heilt die Psychoanalyse?* Frankfurt a. M.: Suhrkamp. (Original erschienen 1984: How does analysis cure? Chicago: University of Chicago Press)
- Kurdek, L.A. (1994). Conflict-resolution styles in gay, lesbian, heterosexual nonparent and heterosexual parent couples. *Journal of Marriage and the Family*, 56, 705-722.
- Lasègue, C. & Falret, J. (1877). La folie à deux ou folie communiquée. Paris: *Annales medico-psychologiques*, 18, 321-355.
- Laux, L. & Weber, H. (1990). Bewältigung von Emotionen. In K. Scherer (Hrsg.), *Psychologie der Emotion. Enzyklopädie der Psychologie, Themenbereich C, Theorie und Forschung, Serie IV, Motivation und Emotion, Band 3* (S. 560-629). Göttingen: Hogrefe.
- Lee, J.A. (1974). The styles of loving. *Psychology Today*, 10, 44-51.
- Lee, C.W., Taylor, G. & Dunn, J. (1999). Factor structures of the Schema Questionnaire in a large clinical sample. *Cognitive Therapy and Research*, 23 (4), 421-451.
- Lewin, K. (1926). Vorsatz, Wille und Bedürfnis. *Psychologische Forschung*, 7, 330-385.
- Lieberman, R., Wheeler, E. & Sanders, N. (1976). Behavioral therapy for marital disharmony. An educational approach. *Journal of Marriage and Family Counseling*, 2, 383-395.
- Lindenmeyer, J. (2000). Paartherapie aus der Sicht der Verhaltenstherapie. *Psychotherapie im Dialog, Zeitschrift für Psychoanalyse, Systemische Therapie und Verhaltenstherapie*, 2 (6), 15-20.
- Liotti, G. (2008). Bindungsprozesse bei dissoziativen Störungen. In B. Strauss (Hrsg.), *Bindung und Psychopathologie* (S. 106-143). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Lobbestael, J., Vreeswijk, M.F. & Arntz, A. (2008). An empirical test of schema mode conceptualizations in personality disorders. *Behavior Research and Therapy*, 46 (7), 854-860.
- Locke, H.J. & Wallace, K.M. (1959). Short-term marital adjustment and prediction tests. Their reliability and validity. *Marriage and Family Living*, 21, 251-255.
- Luborsky, L. (1995). *Einführung in die analytische Psychotherapie*. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Lutz, W. (2006). Die Therapie mit Paaren. Theoretische Grundlagen und empirische Basis. In W. Lutz (Hrsg.), *Lehrbuch der Paartherapie* (S. 22-35). München: Ernst Reinhardt.
- Lutz, W. & Weinmann-Lutz, B. (2006). Behandlungsstrategien und Techniken der Paartherapie. In W. Lutz (Hrsg.), *Lehrbuch der Paartherapie* (S. 57-79). München: Ernst Reinhardt.
- Maslow, A.H. (1967). A theory of metamotivation. The biological rooting of the value-life. *Journal of Humanistic Psychology*, 7, 93-127.
- Maslow, A.H. (1971). *The farther reaches of human nature*. New York: Viking.
- Massing, A. & Reich, G. (2000). Psychoanalytische Paartherapie nach dem Mehrgenerationen-Ansatz. *Psychotherapie im Dialog, Zeitschrift für Psychoanalyse, Systemische Therapie und Verhaltenstherapie*, 2 (6), 8-14.
- McClelland, D.C., Atkinson, J.W., Clark, R.A. & Lowell, E.L. (1953). *The achievement motive*. New York: Appleton.

- Meyer, B. & Pilkonis, P.A. (2008). Bindungstheorie und Persönlichkeitsstörungen. Konzeptuelle Zusammenhänge, empirische Ergebnisse und Behandlungsimplicationen. In B. Strauss (Hrsg.), *Bindung und Psychopathologie* (S. 212-252). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Millwood, M. & Waltz, J. (2008). Demand-withdraw communication in couples. An attachment perspective. *Journal of Couple and Relationship Therapy*, 7 (4), 297-320.
- Minuchin, S. (1981). *Praxis der strukturellen Familientherapie*. Freiburg: Lambertus.
- Minuchin, S., Rosman, B. & Baker, L. (1981). *Psychosomatische Krankheiten in der Familie*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Moreno, K.L. (1959). *Gruppenpsychotherapie und Psychodrama*. Stuttgart: Thieme.
- Neumann, E. & Tress, W. (2005). Bindung und Liebe in den Partnerschaften von Psychotherapiepatienten. *Psychotherapeut*, 6, 394-403.
- Nordahl, H.M. & Nysaeter, T.E. (2005). Schema Therapy for patients with borderline personality disorder. A single case serie. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 36, 254-264.
- Orathinkal, J. & Vansteenwegen, A. (2007). Do demographics affect marital satisfaction? *Journal of Sex and Marital Therapy*, 33, 73-85.
- Piaget, J. (1976). *Die Äquilibration der kognitiven Strukturen*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Reichle, B. & Dette-Hagenmeyer, D. (2008). Individuelle und dyadische Bewältigung von Alltagskonflikten. Themen, Copingstrategien und Partnerschaftsqualität. In M. Feldhaus & J. Huinink (Hrsg.), *Neuere Entwicklungen in der Beziehungs- und Familienforschung. Vorstudien zum Beziehungs- und Familienentwicklungspanel (PAIR-FAM)* (S. 229-256). Würzburg: Ergon Verlag.
- Retzer, A. (2002). Das Paar. Eine systemische Beschreibung intimer Komplexität. Teil I: Liebesbeziehungen. Teil II: Partnerschaften. *Familiendynamik*, 27 (1 und 2), 5-42 und 186-217.
- Revenstorf, D. & Freudenfeld, E. (2000). Paartherapie – Stand der Kunst und Kontroversen. *Psychotherapie im Dialog, Zeitschrift für Psychoanalyse, Systemische Therapie und Verhaltenstherapie*, 2 (6), 2-7.
- Riehl-Emde, A. (2003). *Liebe im Fokus der Paartherapie*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Riehl-Emde, A. (2005). Liebe im Fokus der Paartherapie. In J. Willi & B. Limacher (Hrsg.), *Wenn die Liebe schwindet. Möglichkeiten und Grenzen der Paartherapie* (S. 80-95). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Roediger, E. (2009). *Praxis der Schematherapie. Grundlagen, Anwendung, Perspektiven*. Stuttgart: Schattauer.
- Roediger, E. (2010). *Schematherapie mit Paaren*. Folien präsentiert am Workshop für Schematherapie, Littenheid.
- Roediger, E. (2011a). *Praxis der Schematherapie. Lehrbuch zu Grundlagen, Modell und Anwendung* (2., vollständig überarbeitete und erweiterte Auflage). Stuttgart: Schattauer.
- Roediger, E. (2011b). Schematherapie mit Paaren. In E. Roediger & G. Jacob (Hrsg.), *Fortschritte der Schematherapie. Konzepte und Anwendungen* (S. 259-275). Göttingen: Hogrefe.
- Rosenberg, M.B. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Rosenberg, M.B. (2004). *Gewaltfreie Kommunikation* (5., überarbeitete und erweiterte Auflage). Paderborn: Junfermann.
- Rothmund, Pillmann, Dominiak & Jacob. (2010). *Schema Mode Inventory (SMI)*. o.O.: o.V. (Rechte zur Verwendung bei Dr. Gitta Jacob, International Society for Schema Therapy). (Original erschienen 2007: Schema Mode Inventory)

- Rusbult, C.E., Farrell, D.J. & Morrow, G.D. (1986). Impact of couple patterns of problem solving on distress and nondistress in dating relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 744-753.
- Schild, H. (1990). Einführung. In G. Hank, K. Hahlweg & N. Klann (Hrsg.), *Diagnostische Verfahren für Berater* (S. 1-11). Weinheim: Beltz.
- Schmidt, L. & Caspar, F. (2004). Coping. In H.O. Häcker & K.-H. Stapf (Hrsg.), *Dorsch. Psychologisches Wörterbuch* (14., überarbeitete und erweiterte Auflage) (S. 175). Bern: Hans Huber.
- Schmidt, N.B., Joiner, T.E., Young, J.E. & Telch, M.J. (1995). The Schema Questionnaire. Investigation of psychometric properties and the hierarchical structure of a measure of maladaptive schemata. *Cognitive Therapy and Research*, 19 (3), 295-321.
- Schneewind, K.A. & Grandegger, C. (2005). Familienbeziehungen im mittleren Erwachsenenalter. In N. Birbaumer, D. Frey, J. Kuhl, W. Schneider & R. Schwarzer (Hrsg.), *Enzyklopädie der Psychologie, Themenbereich C Theorie und Forschung, Serie V Entwicklungspsychologie, Band 6 Entwicklungspsychologie des mittleren und höheren Erwachsenenalters* (S. 457-499). Göttingen, Bern, Toronto, Seattle: Hogrefe.
- Schulz von Thun, F. (2007a). *Miteinander reden, 1. Störungen und Klärungen* (45. Auflage). Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- Schulz von Thun, F. (2007b). *Miteinander reden, 2. Stile, Werte und Persönlichkeitsentwicklung* (28. Auflage). Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- Schulz von Thun, F. (2009). *Miteinander reden, 3. Das Innere Team und situationsgerechte Kommunikation* (18. Auflage). Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- Selvini-Palazzoli, M., Boscolo, L., Cecchin, G. & Prata, G. (1981). Hypothesisieren, Zirkularität, Neutralität. Drei Richtlinien für den Leiter einer Sitzung. *Familiendynamik*, 6, 123-138.
- Shaver, P., Hazan, C. & Bradshaw, D. (1988). Love as attachment. In R.J. Sternberg & M.L. Barnes (Eds.), *The psychology of love* (pp. 68-99). New Haven: Yale University Press.
- Snyder, D.K. (1981). *Marital Satisfaction Inventory (MSI). Manual*. Los Angeles: Western Psychological Services.
- Spanier, G.B. (1976). Measuring dyadic adjustment. New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38, 15-28.
- Sperling, E. & Sperling, U. (1976). Die Einbeziehung der Grosseltern in die Familientherapie. In H.E. Richter, H. Strotzka & J. Willi (Hrsg.), *Familie und seelische Krankheit* (S. 196-215). Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- Steiner, E., Brandl-Nebehay, A. & Reiter, L. (2002). Die Geschichte. Von der Familientherapie zur systemischen Perspektive. In M. Wirsching & P. Scheib (Hrsg.), *Paar- und Familientherapie* (S. 7-22). Berlin, Heidelberg, New York: Springer.
- Sternberg R.S. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93, 119-135.
- Stierlin, H. (1975). *Von der Psychoanalyse zur Familientherapie*. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Stroebe, W. (1977). Ähnlichkeit und Komplementarität der Bedürfnisse als Kriterien der Partnerwahl. In G. Mikula & W. Stroebe (Hrsg.), *Sympathie, Freundschaft und Ehe. Psychologische Grundlagen zwischenmenschlicher Beziehungen* (S. 77-107). Bern: Huber.
- Sydow, K. & Ullmeyer, M. (2001). Paarbeziehung und Bindung. Eine Meta-Inhaltsanalyse von 63 Studien, publiziert zwischen 1987 und 1997. *Psychotherapie, Psychosomatik und medizinische Psychologie*, 51, 1-15.

- Terman, L.M. (1938). *Psychological factors in marital happiness*. New York: McGraw-Hill.
- Thibaut J.W & Kelly, H.H. (1959). *The social psychology of groups*. New York: Wiley.
- Van Ijzendoorn, M.H. & Kroonenberg, P.M. (1988). Cross-cultural patterns of attachment. A meta-analysis of the strange situation. *Child Development*, 59, 147-156.
- Walster, E., Utne, M.K. & Traupman, J. (1977). Equity-Theorie und intime Sozialbeziehungen. In G. Mikula & W. Ströbe (Hrsg.), *Sympathie, Freundschaft und Ehe* (S. 193-220). Bern: Huber.
- Watkins, J.G. und Watkins, H.H. (2002). *Ego-States. Theorie und Therapie*. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme.
- Watzlawick, P., Beavin, J.H. & Jackson, D.D. (1968). *Menschliche Kommunikation. Formen, Störungen, Paradoxien*. Bern: Huber.
- Watzlawick, P., Beavin, J.H. & Jackson, D.D. (2007). *Menschliche Kommunikation. Formen, Störungen, Paradoxien* (11., unveränderte Auflage). Bern: Huber.
- Weertman, A. & Arntz, A. (2007). Effectiveness of treatment of childhood memories in cognitive therapy for personality disorders. A controlled study contrasting methods focusing on the present and methods focusing on childhood memories. *Behavior Research and Therapy*, 45, 2133-2143.
- Willi, J. (1975). *Die Zweierbeziehung. Spannungsursachen, Störungsmuster, Klärungsprozesse, Lösungsmodelle*. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- Willi, J. (2000). Koevolutive Aspekte der Paartherapie. *Psychotherapie im Dialog, Zeitschrift für Psychoanalyse, Systemische Therapie und Verhaltenstherapie*, 2 (6), 29-36.
- Willi, J. (2005). Die Sehnsucht nach der absoluten Liebe. In J. Willi & B. Limacher (Hrsg.), *Wenn die Liebe schwindet. Möglichkeiten und Grenzen der Paartherapie* (S. 15-42). Stuttgart: Klett-Cotta.
- Willi, J. (2008a). *Psychologie der Liebe. Persönliche Entwicklung durch Partnerbeziehungen* (6. Auflage). Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- Willi, J. (2008b). *Was hält Paare zusammen? Der Prozess des Zusammenlebens aus psycho-ökologischer Sicht* (11. Auflage). Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- Willi, J. (2010). *Die Zweierbeziehung. Spannungsursachen, Störungsmuster, Klärungsprozesse, Lösungsmodelle* (20. Auflage). Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- Winch, R.F. (1958). *Mate selection. A study of complementary needs*. New York: Harper.
- Young, J.E. (1990). *Cognitive therapy for personality disorders*. Sarasota, FL: Professional Resources Press.
- Young, J.E. (1999). *Cognitive therapy for personality disorders. A schema-focused approach*. Sarasota, FL: Professional Resources Press.
- Young, J.E. (2006). *Young Schema Questionnaire (YSQ-S3)* [Online]. Available: <http://www.schematherapy.com/id54.htm>
- Young, J.E., Arntz, A., Atkinson, T., Lobbestael, J., Weishaar, M., van Vreeswijk, M. & Klokman, J. (2007). *Schema Mode Inventory (SMI)*. [Online]. Available: <http://www.schematherapy.com/id49.htm>
- Young, J.E. & Brown, G. (1990). *Young Schema Questionnaire*. New York: Cognitive Therapy Center of New York.
- Young, J.E. & Klosko, J.S. (2008). *Sein Leben neu erfinden. Wie Sie Lebensfallen meistern. Den Teufelskreis selbstschädigenden Verhaltens durchbrechen und sich wieder glücklich fühlen* (2. Auflage). Paderborn: Junfermann.
- Young, J.E., Klosko, J.S. & Weishaar, M.E. (2008). *Schematherapie. Ein praxisorientiertes Handbuch* (2. Auflage). Paderborn: Junfermann.

Anhang

Anhang A: Die 18 Schemata und die zugehörigen Schemadomänen

Domäne I: Abgetrenntheit und Ablehnung

Das Gefühl von Abgetrenntheit und Ablehnung entsteht nach Roediger (2009) durch die Frustration des Bindungsbedürfnisses. Young et al. (2008) sowie Young & Klosko (2008) sind der Auffassung, dass die Ursprungsfamilie der betroffenen Personen distanziert, kalt, ablehnend, zurückhaltend, isoliert und unberechenbar war sowie zu explosiven Ausbrüchen oder Misshandlungen bzw. Missbrauch neigte. Die Autoren gehen davon aus, dass Personen mit Schemata in dieser Domäne meistens stark geschädigt sind, eine traumatische Kindheit hatten und sich als Erwachsene von einer selbstzerstörerischen Beziehung in die nächste stürzen oder enge Beziehungen völlig meiden. Betroffene Personen sind nicht in der Lage, sichere und für sie befriedigende Bindungen zu anderen Menschen zu entwickeln, da sie die Erwartung haben, die eigenen Bedürfnisse nach Sicherheit, Stabilität, Liebe, Zuwendung, Empathie, dem Miteilen von Gefühlen, Akzeptiertwerden, Respekt würden nicht auf vorhersehbare Weise erfüllt werden.

1. *Verlassenheit/Instabilität*

Nach Roediger (2009) und Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) entwickelt sich das Schema Verlassenheit/Instabilität, wenn Kinder von den Bezugspersonen kurz- oder längerfristig alleine gelassen werden oder wenn wichtige Bezugspersonen nicht in der Lage sind, verlässlich emotionale Unterstützung, Verbundenheit, Stärke oder Schutz zu gewähren, weil sie selber emotional instabil, unberechenbar oder unzuverlässig sind. Nach Auffassung der Autoren beinhaltet die Lebensfalle Verlassenheit das Gefühl, von den Menschen, die man liebt, verlassen zu werden und das ganze Leben lang emotional isoliert zu bleiben. Roediger (2009) geht davon aus, dass sich betroffene Personen aufgrund dieser Überzeugung an den Menschen klammern, der ihnen am nächsten steht, wobei dieser durch die immense Nähe und das Klammern in die Flucht geschlagen wird.

2. *Misstrauen/Missbrauch*

Roediger (2009) betrachtet dieses Schema als Folge der Erfahrung, von anderen verletzt, missbraucht, misshandelt, gedemütigt, betrogen, manipuliert oder ausgenützt zu werden. Nach Auffassung Youngs et al. (2008) sowie Youngs und Kloskos (2008) verbergen sich Personen mit diesem Schema oft hinter einer Mauer, zum Schutz vor anderen Menschen. Meist meiden sie Beziehungen grundsätzlich oder gehen oberflächliche Beziehungen ein, in denen sie sich nicht wahrhaft öffnen müssen. Oder

dann wählen sie zu Missbrauch oder Misshandlungen neigende Partner und lassen Missbrauch/Misshandlungen zu, weil sie der Überzeugung sind, es nicht anders verdient zu haben.

3. *Emotionale Entbehrung*

Nach Roediger (2009) wird das Schema Emotionale Entbehrung durch einen Mangel an Unterstützung der zwar körperlich anwesenden, emotional aber abweisenden Eltern gefördert. Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) formulieren die wichtigsten Formen der emotionalen Entbehrung als 1) Entbehren von Zuwendung durch den Mangel an Aufmerksamkeit, Zuneigung, Wärme oder Zugehörigkeit; 2) Entbehren von Empathie durch den Mangel an Verständnis, Zuhören, Selbstoffenbarung oder kommunikativem Austausch über Gefühle; und 3) Entbehren von Schutz aufgrund des Mangels an Stärke und Richtungsweisung durch die Bezugspersonen. Die Autoren sind der Auffassung, dass sich diese Personen oftmals völlig unverstanden fühlen, sich zu kalten und abweisenden Menschen hingezogen fühlen oder selber auch kalt und abweisend sind.

4. *Unzulänglichkeit/Scham*

Nach Roediger (2009) umfasst das Schema Unzulänglichkeit/Scham das Gefühl minderwertig, schlecht, unfähig, unerwünscht und nicht geliebt zu werden, aufgrund der ständigen entwertenden Kritik von Bezugspersonen. Betroffene Personen sind nach Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) häufig überempfindlich gegenüber Kritik, Ablehnung und Beschuldigung. Sie sind unsicher im Umgang mit Anderen, vergleichen sich zu eigenen Ungunsten mit Anderen, oder schämen sich angesichts der subjektiv wahrgenommenen eigenen Mängel.

5. *Soziale Isolation/Entfremdung*

Das Schema Soziale Isolation/Entfremdung entsteht nach Auffassung Roedigers (2009) häufig erst in der späteren Kindheit und Adoleszenz durch die Erfahrung von Gleichaltrigen ausgegrenzt zu werden. Betroffene haben das Gefühl sozial unerwünscht, hässlich, sexuell unattraktiv, kommunikationsunfähig, langweilig, vom Rest der Welt abgeschnitten, oder nicht Teil einer Gemeinschaft zu sein (Young et al., 2008; Young & Klosko, 2008).

Domäne II: Beeinträchtigung von Autonomie und Leistung

Beeinträchtigung von Autonomie und Leistung entsteht nach Roediger (2009), Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) wenn Kinder starke Kontrolle von überprotektiven, überfürsorglichen Bezugspersonen erfahren. Damit wird das Vertrauen der Kinder in sich selbst und die Umgebung untergraben, wobei die Kinder zu wenig darin

unterstützt werden eigene Erfahrungen zu machen. Somit wird ihr Selbstvertrauen untergraben, was die Entwicklung einer eigenständigen Identität behindert.

6. *Abhängigkeit/Inkompetenz*

Nach Roediger (2009), Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) kann das Selbsterleben von Abhängigkeit und Inkompetenz entstehen, wenn den Betroffenen im Kindesalter zu viele Entscheidungen abgenommen wurden und ihnen eine passive Rolle zugewiesen wurde. Meist sind die Betroffenen der Überzeugung, ohne massive Unterstützung anderer nicht adäquat mit den Erfordernissen des Alltags fertig zu werden, für sich selbst zu sorgen, alltägliche Probleme zu lösen sowie eine gute Urteilsfähigkeit beweisen zu können. Das Schema kommt häufig als Hilflosigkeit oder Passivität zum Ausdruck.

7. *Anfälligkeit für Schädigungen oder Krankheiten*

Roediger (2009), Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) betrachten dieses Schema als Folge einer überfürsorglich-ängstlichen Haltung der Bezugspersonen, so dass die Betroffenen die Welt als generell gefährlich betrachten. Sie haben eine übertriebene Furcht vor drohenden Katastrophen oder schlimmen Ereignissen, in Form von körperlichen Erkrankungen, emotionalen und äusseren Katastrophen, wie Raubüberfällen, Flugzeugunglücken oder Erdbeben.

8. *Verstrickung/Unentwickeltes Selbst*

Personen mit diesem Schema haben nach Roediger (2009), Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) eine übertrieben starke emotionale Beziehung zu den Bezugspersonen auf Kosten der vollständigen Individuation oder der normalen sozialen Entwicklung. Meist gelingt es den betroffenen Personen nicht, eine umfassende eigene Identität zu entwickeln und Entscheidungen ohne Rücksprache mit den Bezugspersonen zu treffen. Nach Auffassung der Autoren haben die Betroffenen meist das Gefühl, mit den Bezugspersonen verschmolzen zu sein, das Gefühl der inneren Leere, während sie gleichzeitig die eigene Existenz in Frage stellen.

9. *Versagen*

Das Schema wird nach Roediger (2009) durch überkritische, leistungsbezogene Rückmeldungen von Bezugspersonen gefördert. Betroffene sind nach Auffassung von Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) der Überzeugung, vor allem in Bereichen in denen es auf Leistung ankommt, zu versagen, im Vergleich zu anderen dumm, ungeeignet, untalentierte, unwissend, von niedrigerem Status oder weniger erfolgreich zu sein.

Domäne III: Beeinträchtigung im Umgang mit Begrenzungen

Beeinträchtigungen in dieser Domäne können nach Roediger (2009), Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) dann entstehen, wenn die Eltern den Kindern übertrieben viel Freiheit zugestehen, sie verwöhnen, zu wenig Grenzen setzen, zu wenig mit sozialen Verhaltensregeln konfrontieren oder nicht ausreichend beaufsichtigen und anleiten. Die Autoren gehen davon aus, dass die Betroffenen in der Kindheit zu wenig in der Entwicklung von Selbstkontrolle oder Rücksichtnahme auf andere gefördert wurden. Betroffenen fällt es schwer, Verantwortung für andere zu übernehmen, die Rechte anderer zu respektieren, mit anderen zu kooperieren, Verpflichtungen zu übernehmen oder sich realistische persönliche Ziele zu setzen und sie zu erreichen.

10. Anspruchshaltung/Grandiosität

Dieses Schema wird nach Roediger (2009) insbesondere durch Eltern begünstigt, welche die Kinder idealisieren, zu wenig Grenzen setzen und stark status- und erfolgsorientiert sind. Betroffene Personen sind davon überzeugt, etwas Besonderes oder anderen Menschen überlegen zu sein und besondere Rechte und Privilegien zu haben. Häufig tendieren sie zu Macht- oder Kontrollansprüchen, ohne Rücksicht auf die Bedürfnisse oder Gefühle von anderen.

11. Unzureichende Selbstkontrolle/Selbstdisziplin

Personen mit diesem Schema werden nach Roediger (2009), Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) durch eine mangelnde Bereitschaft zur Anstrengung, eine geringe Frustrationstoleranz sowie Schwierigkeiten mit der Selbstkontrolle beeinträchtigt. Bei einer schwächeren Form dieser Störung sind Betroffene übertrieben stark bemüht, Unbehagen wie beispielsweise Schmerzen, Konflikte, Konfrontationen, Verantwortung oder Überanstrengung zu vermeiden, auf Kosten von persönlicher Erfüllung, Engagement oder Integrität.

Domäne IV: Fremdbezogenheit

Fremdbezogenheit kann nach Aussagen Roedigers (2009) durch die Frustration des Bedürfnisses nach Selbstwerterhöhung und Selbstverwirklichung entstehen. Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) gehen davon aus, dass Betroffene in der Kindheit gelernt haben, sich auf Kosten der eigenen Bedürfnisse an den emotionalen Bedürfnissen und Wünschen der Eltern zu orientieren. Sie haben die Erfahrung gemacht, wichtige Aspekte ihres Selbsts zu unterdrücken, um Liebe, Anerkennung, das Gefühl von Verbundenheit zu bekommen, bzw. um Vergeltung zu vermeiden. Die Autoren postulieren, dass Schemata dieser Domäne neben der Unterdrückung eigener Emotionen, Bedürfnisse und natürlicher Neigungen auch deren mangelndes Gewahrsein beinhalten.

12. Unterwerfung

Roediger (2009) formuliert das Schema der Unterwerfung als Folge der systematischen Vernachlässigung der Bedürfnisse der Kinder, wobei die übermässige Bereitschaft bei den Betroffenen gefördert wird, sich anderen unterzuordnen, um Ärger und Verlassenwerden zu vermeiden. Die beiden wichtigsten Formen der Unterwerfung zeigen sich gemäss Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) in der Unterwerfung der eigenen Bedürfnisse und in der Unterwerfung der eigenen Emotionen. Aufgrund der ständigen Unterdrückung eigener Impulse führt das Schema nach Auffassung der Autoren zum Aufbau von Ärger, der sich in Form dysfunktionaler Verhaltensweisen und Symptomen manifestiert, wie beispielsweise passiv-aggressivem Verhalten, unkontrollierten Wutausbrüchen, psychosomatischen Symptomen, Affekt-rückzug oder Substanzmissbrauch.

13. Selbstaufopferung

Roediger (2009), Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) gehen davon aus, dass das Schema der Selbstaufopferung dann entwickelt wird, wenn Kinder von den Bezugspersonen verstärkt zur Bewältigung eigener Probleme benutzt werden. Die Betroffenen entwickeln dann ein aktives Bedürfnis, die Wünsche anderer Menschen in einem vorauseilenden Gehorsam zu erfüllen, um dadurch Aufmerksamkeit, Liebe und Anerkennung zu bekommen. Betroffene identifizieren sich stark mit den Gefühlen anderer und entwickeln eine ausgeprägte Sensibilität für deren Leiden. Betroffene zeigen ein übertriebenes Bemühen um die Bedürfnisse anderer, meist aus dem Gefühl heraus andere nicht zu verletzen, sich nicht als Egoist und deshalb schuldig fühlen zu müssen. Demgegenüber verursacht das Schema nach Auffassung der Autoren bei den Betroffenen das Gefühl, die eigenen Bedürfnisse würden übergangen und erweckt damit Ressentiments gegenüber denjenigen, für die sie sorgen. Nach Beobachtungen der Autoren gehen Menschen mit diesem Schema häufig Beziehungen ein zu bedürftigen Menschen mit Drogen- oder Alkoholproblemen, im Sinne einer Co-Abhängigkeit.

14. Streben nach Zustimmung und Anerkennung

Nach Roediger (2009) ist das Schema Streben nach Zustimmung und Anerkennung Folge von übermässigem Beharren der Bezugspersonen auf sozial erwünschtem Verhalten. Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) sehen darin die Gefahr, dass Kinder die primären Eigenbedürfnisse aus den Augen verlieren und übermässig nach Zustimmung, Anerkennung oder Aufmerksamkeit anderer Menschen streben sowie sich um Anpassung bemühen, auf Kosten der Entwicklung eines sicheren und echten Selbstgefühls. Das Schema ist nach Auffassung der Autoren mit einer Überbetonung von Status, äusserer Erscheinung, sozialer Anerkennung, Geld oder Erfolg

verbunden, wobei es häufig zu unauthentischen oder unbefriedigenden Lebensentscheidungen oder zu Überempfindlichkeit gegenüber Zurückweisung führt.

Domäne V: Übertriebene Wachsamkeit und Gehemmtheit

Diese Domäne umfasst nach Roediger (2009), Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) die Unterdrückung spontaner Gefühle und Impulse oder die Einhaltung starrer, verinnerlichter Regeln und Erwartungen bezüglich der eigenen Leistungen, wobei Freude, Lusterleben, persönliches Glück, Selbstaussdruck, Entspannung und enge Beziehungen vernachlässigt und unterdrückt werden. Die Autoren betrachten die Schemata dieser Domäne als Folge von unbarmherzigen, harten, zu Bestrafung neigenden Ursprungsfamilien, in denen Leistung, Pflicht, Perfektionismus, striktes Befolgen von Regeln, Verbergen von Emotionen und Vermeiden von Fehlern einen höheren Stellenwert haben als Vergnügen, Spontaneität und Entspannung.

15. Negativität/Pessimismus

Nach Roediger (2009) kann dieses Schema als Folge übermäßig ängstlicher und eingrenzender Eltern auftreten, so dass ein grundlegendes Unsicherheitsgefühl entsteht. Das Schema ist nach Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) mit einer generellen und lebenslangen Konzentration auf negative Aspekte des Lebens verbunden, insbesondere in beruflicher, finanzieller und interpersonaler Hinsicht, wobei positive Aspekte minimiert oder gänzlich übersehen werden. Die betroffenen Personen leiden nach Auffassung der Autoren an chronischer Besorgnis, Angst Fehler zu machen, übertriebener Wachsamkeit sowie der Tendenz zum Klagen und Unentschlossenheit.

16. Emotionale Gehemmtheit

Roediger (2009), Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) verstehen das Schema der emotionalen Gehemmtheit als Folge harter Eingrenzung und Bestrafung der Bezugspersonen. Dabei lernen die Kinder spontanes und impulsives Verhalten sowie positive und schwierige Emotionen zu unterdrücken, um Anerkennung zu erlangen, Schamgefühle zu vermeiden oder nicht die Kontrolle über die eigenen Impulse zu verlieren. Als häufigste Formen übertriebener Hemmung nennen die Autoren 1) Die Hemmung von Ärger und Aggression; 2) Die Hemmung positiver Impulse wie Freude, Zuneigung, sexuelle Erregung; 3) Die Hemmung beim Ausdruck der eigenen Verletzbarkeit oder bei der freien Kommunikation über Gefühle und Bedürfnisse; 4) Die Überbetonung des Rationalen bei gleichzeitiger Missachtung des Emotionalen.

17. Überhöhte Standards/übertrieben kritische Haltung

Roediger (2009) sieht den Ursprung dieses Schemas in übermäßigem Leistungsan-

forderungen der Eltern, wobei die Kinder die Standards der Eltern internalisieren um Anerkennung zu bekommen, bzw. Kritik zu vermeiden. Nach Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) ruft das Schema bei den Betroffenen das Gefühl hervor, nicht gut genug zu sein, unter Druck zu stehen und veranlasst sie zu einer überkritischen Haltung sich selbst und anderen gegenüber. Nach Auffassung der Autoren gelangen überhöhte Standards gewöhnlich zum Ausdruck als 1) Perfektionismus; 2) Beharren auf starren Regeln und auf verinnerlichten Forderungen in vielen Lebensbereichen, einschliesslich unrealistisch hoch gesteckter moralischer, ethischer, kultureller oder religiöser Ansprüche; 3) Unablässige Beschäftigung mit Zeitaufwand und Effizienz.

18. Bestrafen

Bei diesem Schema spielen nach Rodiger (2009), Young et al. (2008) sowie Young und Klosko (2008) rigide, bestrafungsorientierte Normen der Bezugspersonen eine grosse Rolle. Das Schema beinhaltet nach Auffassung der Autoren die Überzeugung, dass Fehler streng bestraft werden, wobei Betroffene dazu neigen, wütend, intolerant und ungeduldig gegenüber sich selbst und anderen Menschen zu sein, wenn Fehler unterlaufen oder wenn eigene Erwartungen nicht erfüllt werden. Ihnen fällt es schwer, sich und anderen Fehler zu vergeben, menschliche Unvollkommenheit zu akzeptieren oder Gefühlen mit Verständnis zu begegnen.

Anhang B: Fragebogen (Printversion)

Beziehungsmuster in Paarbeziehungen

Herzlich willkommen bei der Umfrage Beziehungsmuster in Paarbeziehungen!

Im Rahmen meiner Masterarbeit an der Zürcher Hochschule für Angewandte Psychologie ZHAW/IAP untersuche ich Beziehungsmuster in Paarbeziehungen unter schematherapeutischem Gesichtspunkt. Es geht darum zu analysieren, welche Interaktions- und Beziehungsmuster bei Paaren auftreten und wie sie diese bewältigen.

Der Fragebogen richtet sich an **Paare in einer aktuellen Paarbeziehung**, im Alter **ab 18 Jahren nach oben offen**, unabhängig von der Partnerschaftspräferenz (hetero und gleichgeschlechtliche Paare). Wichtig ist, dass Sie **und** Ihr Partner/Ihre Partnerin je einen Fragebogen ausfüllen. Alle Angaben werden vertraulich behandelt und sind anonym, so dass keine Rückschlüsse auf Ihre Person möglich sind.

Im Rahmen der Untersuchung werden **10 Partnerschaftsanalysen verlost**. Falls Sie an der Verlosung teilnehmen wollen, geben Sie bitte hierzu am Ende des Fragebogens Ihre Email-Adresse an.

Für das Ausfüllen des Fragebogens benötigen Sie ca. 30-40 Minuten. Bitte füllen Sie den Fragebogen unabhängig von den Antworten Ihres Partners/Ihrer Partnerin aus. Kreuzen Sie bitte so an, wie es **für Sie persönlich zutrifft**, es gibt keine richtigen oder falschen Antworten. Überlegen Sie bei den Fragen nicht zu lange, sondern kreuzen Sie die **erste Antwort an, die Ihnen spontan in den Sinn** kommt.

Der Fragebogen kann auch online ausgefüllt werden unter:
<http://www.surveymonkey.com/s/YB6BJKG>

1. Partnerschaftscode

Damit ermittelt werden kann, welche Partner/Partnerinnen zusammen gehören, bitte ich Sie, einen **Partnerschaftscode** zu bilden, bestehend aus Ihrem Geburtsdatum und jenem Ihres Partners/Ihrer Partnerin. Beginnen Sie mit dem Geburtsdatum der älteren Person.

Muster:

1. Geburtsdatum älterer Partner - Beispiel 01.02.1971 ergibt Teilcode 01021971
2. Geburtsdatum jüngerer Partner - Beispiel 09.10.1977 ergibt Teilcode 09101977
3. Beide zusammen ergeben den Gesamtcode: 0102197109101977

Bitte geben Sie hier Ihren 16-stelligen Partnerschaftscode ein:

2. Allgemeine Fragen

- 1 Geschlecht:
- männlich
- weiblich
- 2 Nationalität(en): _____
- 3 Alter:
- __ Jahre, __ Monate
- 4 Ihr höchster Bildungsabschluss:
- Keiner
- Obligatorische Schulzeit (Primar- und Oberstufe, Orientierungsjahr)
- Berufliche Grundbildung (Berufslehre mit/ohne Berufsmaturität, Fachmittelschule)
- Gymnasiale Maturität
- Höhere Fachschule/höhere Berufsbildung
- Universität/Fachhochschule
- Doktorat/Habilitation
- 5 Sind Sie gegenwärtig erwerbstätig?
- Ja, vollzeitlich
- Ja, teilzeitlich
- Nein, bin arbeitslos
- Nein, arbeite vollzeitlich im Haushalt/Kindererziehung
- Nein, bin vollzeitlich in Ausbildung/Studium
- Nein, bin erwerbslos aus anderen Gründen (z.B. Rente, IV-Bezug etc.)
- Keine Angaben
- 6 Aus welchem Bereich stammt Ihr gegenwärtiger Beruf? (maximal 3 Antworten möglich):
- Administration, Kaufmännische Berufe, Verwaltung
- Banken, Versicherungen
- Bildung, Pädagogik
- Biotechnologie, Chemie, Pharma
- Consulting, Recht, Treuhand
- Controlling, Finanz-, Rechnungswesen
- Gastronomie, Hotellerie, Tourismus, Lebensmittel
- Geschäftsführung, Unternehmensleitung
- Gesundheitswesen, Medizin
- Gewerbe, Industrie (Auto, Transport, Bau, Handwerk, Druck, Elektro, Maschinen)
- Informatik, Telekommunikation
- Ingenieurwesen, Technik
- Kultur, Kunst
- Kundenberatung, Verkauf
- Landwirtschaft
- Marketing, PR, Medien
- Personalmanagement
- Polizei, Sicherheit
- Sozialwesen, Psychologie, Seelsorge
- Sport, Fitness, Wellness

- Verkehr
- Andere
- Keinen

7 Familienstand mit dem jetzigen Partner/der jetzigen Partnerin:

- Verheiratet
- Konkubinat (Partnerschaft ohne Registrierung)
- Eingetragene Partnerschaft (gleichgeschlechtliche Paare)
- Getrennt
- Geschieden
- Verwitwet

8 Wie lange sind Sie mit Ihrem jetzigen Partner/Ihrer jetzigen Partnerin zusammen?

__ Jahre, __ Monate

9 Wie viele Kinder haben Sie?

__ Kinder (inkl. allfällige momentane Schwangerschaft)

10 Alter der Kinder

1. __ Jahre, __ Monate
2. __ Jahre, __ Monate
3. __ Jahre, __ Monate
4. __ Jahre, __ Monate
5. __ Jahre, __ Monate

11 Leben die Kinder (mehrheitlich) im gleichen Haushalt wie Sie?

- Ja
- Nein, bei der Mutter/beim Vater
- Nein, in eigener Wohnung
- Nein, an einem anderen Ort

12 Befinden Sie sich gegenwärtig wegen körperlicher Probleme in medizinischer/therapeutischer Behandlung?

- Nein
- Ja, ambulant
- Ja, teilstationär (z.B. Tagesklinik)
- Ja, stationär (z.B. Krankenhaus)

13 Befinden Sie sich gegenwärtig wegen seelischer Probleme in psychotherapeutischer/psychiatrischer Behandlung?

- Nein
- Ja, ambulant
- Ja, teilstationär (z.B. Tagesklinik)
- Ja, stationär (z.B. Klinik)

14 Besuchen Sie gegenwärtig mit Ihrem Partner/Ihrer Partnerin eine Paarberatung oder Paartherapie?

- Ja
- Nein

15 Wie zufrieden sind Sie gegenwärtig mit Ihrer Partnerschaft?

- Sehr zufrieden
 Zufrieden
 Eher zufrieden
 Eher unzufrieden
 Unzufrieden
 Sehr unzufrieden

3. Young Schema Questionnaire YSQ

Sie werden auf den folgenden Seiten eine Reihe von Aussagen finden, die jemand benutzen könnte, um sich selbst zu beschreiben. Bitte lesen Sie jede Aussage und bewerten Sie dann, **wie gut sie auf das letzte Jahr** passt. Wenn Sie sich nicht sicher sind, stützen Sie ihre Aussage eher auf Ihr Gefühl, als auf das, was Sie verstandesmäßig für wahr erachten.

Einige der Items fragen nach ihren Beziehungen zu Ihren Eltern oder dem Partner/der Partnerin. Wenn die Eltern bereits gestorben sind, beantworten Sie die Fragen bitte auf der Basis Ihrer Beziehung zu ihnen als sie noch lebten.

Kreuzen Sie dann bitte den höchsten Wert von 1 bis 6 an, der Sie beschreibt.

Bewertung:

- 1 = völlig unzutreffend
 2 = überwiegend/meistens unzutreffend
 3 = kaum zutreffend
 4 = manchmal/teilweise zutreffend
 5 = überwiegend zutreffend
 6 = genau zutreffend

1	Ich hatte niemanden, der sich um mich kümmerte, sich mir gegenüber öffnete, oder wirklich um mich sorgte.	1	2	3	4	5	6
2	Ich bemerke, dass ich mich an Menschen, die mir nahe sind, klammere aus Angst, dass sie mich verlassen werden.	1	2	3	4	5	6
3	Ich habe das Gefühl, dass andere mich ausnutzen werden.	1	2	3	4	5	6
4	Ich passe nirgendwo dazu.	1	2	3	4	5	6
5	Kein Mann, den ich begehre, könnte mich lieben, wenn er meine Fehler und Mängel sehen würde, bzw. Keine Frau, die ich begehre, könnte mich lieben, wenn sie meine Fehler und Mängel sehen würde.	1	2	3	4	5	6
6	Fast nichts, was ich bei der Arbeit (oder in der Schule) mache, ist so gut, wie andere es machen können.	1	2	3	4	5	6
7	Ich fühle mich nicht fähig, meinen Alltag selbständig zu bestehen.	1	2	3	4	5	6
8	Ich kann mich dem Gefühl nicht entziehen, dass bald etwas Schlimmes passieren wird.	1	2	3	4	5	6
9	Es ist mir nicht möglich gewesen, mich von meinen Eltern so zu lösen, wie es anderen Leuten meines Alters gelungen zu sein scheint.	1	2	3	4	5	6
10	Ich denke, wenn ich tue, was ich will, fordere ich nur Ärger heraus.	1	2	3	4	5	6
11	Ich bin gewöhnlich die Person, an der es hängen bleibt, sich um nahe stehende Menschen zu kümmern.	1	2	3	4	5	6
12	Ich bin zu gehemmt, um anderen gegenüber positive Gefühle (z.B. Zuneigung oder Anteilnahme) zu zeigen.	1	2	3	4	5	6

13	Ich muss in den meisten Sachen, die ich mache, der/die Beste sein. Ich kann mich nicht mit dem 2. Platz abfinden.	1	2	3	4	5	6
14	Ich habe ziemliche Schwierigkeiten, ein "Nein" als Antwort zu akzeptieren, wenn ich etwas von anderen Menschen will.	1	2	3	4	5	6
15	Ich schaffe es nicht mich zusammenzureißen, um reine Routine- oder langweilige Aufgaben zu beenden.	1	2	3	4	5	6
16	Geld zu haben und wichtige Leute zu kennen, gibt mir selbst das Gefühl wertvoll zu sein.	1	2	3	4	5	6
17	Selbst wenn die Dinge gut zu laufen scheinen, habe ich das Gefühl, dass das nur vorübergehend ist.	1	2	3	4	5	6
18	Wenn ich einen Fehler mache, verdiene ich es bestraft zu werden.	1	2	3	4	5	6
19	Ich habe niemanden, der mir Wärme, Halt und Zuneigung gibt.	1	2	3	4	5	6
20	Ich brauche andere Menschen so sehr, dass ich Angst habe, sie zu verlieren.	1	2	3	4	5	6
21	Ich glaube, dass ich mir in Gegenwart anderer keine Blöße geben darf, denn sonst würden sie mich absichtlich verletzen.	1	2	3	4	5	6
22	Ich bin von Grund auf anders als die anderen.	1	2	3	4	5	6
23	Kein Mensch, den ich begehre, würde in meiner Nähe sein wollen, wenn er/sie mein wahres Ich kennen würde.	1	2	3	4	5	6
24	Ich bin unfähig, etwas zu Ende zu bringen.	1	2	3	4	5	6
25	Ich empfinde mich selbst als abhängig, wenn es um das tägliche Funktionieren geht.	1	2	3	4	5	6
26	Ich habe das Gefühl, jeden Moment kann eine Katastrophe (eine Naturkatastrophe, ein Verbrechen, oder ein Unglück finanzieller oder medizinischer Art) hereinbrechen.	1	2	3	4	5	6
27	Meine Eltern und ich tendieren dazu, uns gegenseitig zu stark in unser Leben / in unsere Probleme einzumischen.	1	2	3	4	5	6
28	Ich habe das Gefühl, keine andere Wahl zu haben, als den Wünschen anderer nachzugeben, sonst würden sie sich rächen, wütend werden oder mich in irgendeiner Weise ablehnen.	1	2	3	4	5	6
29	Ich bin ein guter Mensch, da ich mehr an die anderen denke als an mich.	1	2	3	4	5	6
30	Ich finde es unangenehm, anderen meine Gefühle zu zeigen.	1	2	3	4	5	6
31	Ich versuche mein Bestes. Mit „Gut genug“ kann ich mich nicht abfinden.	1	2	3	4	5	6
32	Ich bin etwas Besonderes und sollte viele der Einschränkungen, die den anderen auferlegt werden, nicht respektieren müssen.	1	2	3	4	5	6
33	Wenn ich ein Ziel nicht erreichen kann, werde ich leicht frustriert und gebe auf.	1	2	3	4	5	6
34	Meine Leistungen sind für mich am wertvollsten, wenn die anderen sie bemerken.	1	2	3	4	5	6
35	Wenn etwas Gutes passiert, mache ich mir Sorgen, dass wahrscheinlich etwas Schlechtes folgen wird.	1	2	3	4	5	6
36	Wenn ich nicht mein Bestes gebe, sollte ich damit rechnen zu verlieren.	1	2	3	4	5	6
37	Ich hatte nie das Gefühl, für jemanden etwas Besonderes zu sein.	1	2	3	4	5	6
38	Ich habe Angst, dass Menschen, denen ich mich nahe fühle, mich aufgeben oder verlassen werden.	1	2	3	4	5	6
39	Es ist nur eine Frage der Zeit, bis mich jemand hintergeht.	1	2	3	4	5	6
40	Ich gehöre nicht dazu. Ich bin ein Einzelgänger/eine Einzelgängerin.	1	2	3	4	5	6

41	Ich bin der Liebe, Aufmerksamkeit und des Respekts anderer Menschen nicht wert.	1	2	3	4	5	6
42	Die meisten anderen sind in Bereichen von Arbeit und Leistung fähiger als ich.	1	2	3	4	5	6
43	Es fehlt mir an gesundem Menschenverstand.	1	2	3	4	5	6
44	Ich habe Angst davor, körperlich angegriffen zu werden.	1	2	3	4	5	6
45	Es ist sehr schwierig für meine Eltern und mich, intime Details voneinander zu verbergen ohne uns betrogen oder schuldig zu fühlen.	1	2	3	4	5	6
46	In Beziehungen lasse ich gewöhnlich die andere Person bestimmen.	1	2	3	4	5	6
47	Ich bin so damit beschäftigt, etwas für die Menschen zu tun, um die ich mich Sorge, dass ich nur wenig Zeit für mich selbst habe.	1	2	3	4	5	6
48	Ich finde es schwierig, in der Gegenwart anderer unbefangen und spontan zu sein.	1	2	3	4	5	6
49	Ich muss alle meine Verpflichtungen erfüllen.	1	2	3	4	5	6
50	Ich hasse es, gezwungen zu werden oder von meinen Tätigkeiten abgehalten zu werden.	1	2	3	4	5	6
51	Es ist für mich sehr schwer, auf die kurzfristige Befriedigung von Wünschen zu Gunsten eines längerfristigen Zieles zu verzichten.	1	2	3	4	5	6
52	Wenn ich nicht eine Menge Aufmerksamkeit von den anderen bekomme, fühle ich mich weniger wichtig.	1	2	3	4	5	6
53	Man kann gar nicht vorsichtig genug sein, irgendetwas geht fast immer schief.	1	2	3	4	5	6
54	Wenn ich meinen Job nicht richtig mache, sollte ich auch die Konsequenzen zu tragen haben.	1	2	3	4	5	6
55	Ich hatte niemanden, der mir wirklich zuhörte, mich verstand oder meine wahren Gefühle und Bedürfnisse erkannte.	1	2	3	4	5	6
56	Wenn jemand, den ich mag, sich von mir zu entfernen oder abzuwenden scheint, bin ich verzweifelt.	1	2	3	4	5	6
57	Ich bin den Absichten anderer Menschen gegenüber ziemlich misstrauisch.	1	2	3	4	5	6
58	Ich fühle mich von anderen Menschen entfremdet oder abgeschnitten.	1	2	3	4	5	6
59	Ich finde mich nicht liebenswert.	1	2	3	4	5	6
60	Ich bin nicht so begabt, wie es die meisten anderen für ihre Arbeit sind.	1	2	3	4	5	6
61	Auf mein Urteil in alltäglichen Situationen kann man sich nicht verlassen.	1	2	3	4	5	6
62	Ich habe Angst, all mein Geld zu verlieren und mittellos oder sehr arm zu sein.	1	2	3	4	5	6
63	Ich habe oft ein Gefühl, dass meine Eltern durch mich leben – dass ich kein eigenes Leben habe.	1	2	3	4	5	6
64	Ich habe immer andere für mich die Entscheidungen treffen lassen, so dass ich wirklich nicht weiß, was ich selber will.	1	2	3	4	5	6
65	Ich war immer die Person, die sich jedermanns Probleme anhört.	1	2	3	4	5	6
66	Ich kontrolliere mich so sehr, dass viele Leute denken, ich sei unemotional oder gefühllos.	1	2	3	4	5	6
67	Ich fühle mich unter ständigem Druck etwas zu erreichen und Dinge zu erledigen.	1	2	3	4	5	6
68	Ich finde, ich sollte nicht wie die anderen Menschen den normalen Regeln und Konventionen folgen müssen.	1	2	3	4	5	6

69	Ich kann mich nicht dazu zwingen, Dinge zu tun, die mir keinen Spaß machen, selbst wenn ich weiß, dass es zu meinem Besten ist.	1	2	3	4	5	6
70	Wenn ich zu einem Meeting etwas beitrage oder in einer gesellschaftlichen Situation vorgestellt werde, ist es mir wichtig Anerkennung und Bewunderung zu bekommen.	1	2	3	4	5	6
71	Egal wie hart ich arbeite, ich Sorge mich darum, finanziell ruiniert zu werden und fast alles zu verlieren.	1	2	3	4	5	6
72	Es ist egal, warum ich einen Fehler mache. Wenn ich etwas falsch mache, sollte ich auch die Konsequenzen tragen.	1	2	3	4	5	6
73	Ich hatte keinen starken oder lebenserfahrenen Menschen, der mir einen klugen Rat oder Orientierung gab, wenn ich mir nicht sicher war, was ich tun soll.	1	2	3	4	5	6
74	Manchmal habe ich solche Angst, dass die anderen mich verlassen, dass ich sie vertreibe.	1	2	3	4	5	6
75	Ich halte gewöhnlich nach den Hintergedanken oder verborgenen Motiven der anderen Ausschau.	1	2	3	4	5	6
76	In Gruppen fühle ich mich immer außen vor.	1	2	3	4	5	6
77	Ich bin zutiefst und grundsätzlich zu unakzeptabel, um mich anderen gegenüber zu öffnen oder es zuzulassen, dass sie mich gut kennen.	1	2	3	4	5	6
78	Ich bin bei der Arbeit (oder in der Schule) nicht so intelligent wie die meisten anderen Menschen.	1	2	3	4	5	6
79	Ich habe kein Vertrauen in meine Fähigkeiten, die auftretenden alltäglichen Probleme zu lösen.	1	2	3	4	5	6
80	Ich mache mir Sorgen, dass sich in mir eine ernsthafte Krankheit entwickelt, obwohl kein Arzt irgendetwas Schwerwiegendes diagnostiziert hat.	1	2	3	4	5	6
81	Ich habe oft das Gefühl, keine eigene, vom Partner/den Eltern unabhängige Identität zu haben.	1	2	3	4	5	6
82	Ich habe ziemliche Schwierigkeiten einzufordern, dass meine Rechte respektiert und meine Gefühle berücksichtigt werden.	1	2	3	4	5	6
83	Die anderen sehen mich so, dass ich zu viel für andere und zu wenig für mich selbst tue.	1	2	3	4	5	6
84	Die anderen halten mich für emotional zugeknöpft.	1	2	3	4	5	6
85	Es fällt mir nicht leicht, mich der Verantwortung zu entziehen oder meine eigenen Fehler zu entschuldigen.	1	2	3	4	5	6
86	Ich finde, was ich anzubieten habe, ist von höherem Wert als die Beiträge anderer.	1	2	3	4	5	6
87	Ich war kaum in der Lage, mich an meine Entschlüsse zu halten.	1	2	3	4	5	6
88	Viel Lob und Komplimente geben mir das Gefühl eine wertvolle Person zu sein.	1	2	3	4	5	6
89	Ich habe Angst, dass eine falsche Entscheidung zu einer Katastrophe führen könnte.	1	2	3	4	5	6
90	Ich bin ein schlechter Mensch, der Strafe verdient hat.	1	2	3	4	5	6

4. Schema Mode Inventory SMI

Im Folgenden werden Aussagen gemacht, wie Personen sich selbst beschreiben könnten. Bitte schätzen Sie pro Aussage ein, **wie oft** diese auf Sie **im Allgemeinen zutrifft**. Nutzen Sie bitte dazu die Häufigkeitsskala und machen Sie ein Kreuz in der entsprechenden Spalte.

Häufigkeiten im Allgemeinen:

1 = Nie oder fast nie

2 = Selten

3 = Gelegentlich

4 = Öfters

5 = Meistens

6 = Immer

1	Indem ich anderen zeige, dass mit mir nicht zu spaßen ist, verschaffe ich mir Respekt.	1	2	3	4	5	6
2	Ich gebe mir größte Mühe, es anderen recht zu machen, um Konflikte, Auseinandersetzungen oder Zurückweisungen zu vermeiden.	1	2	3	4	5	6
3	Ich tue Dinge, um im Mittelpunkt der Aufmerksamkeit zu stehen.	1	2	3	4	5	6
4	Ich reagiere gereizt, wenn andere nicht das tun, was ich von ihnen erwarte.	1	2	3	4	5	6
5	Ich verändere mich in Abhängigkeit von den Leuten, mit denen ich zusammen bin, damit sie mich mögen oder anerkennen.	1	2	3	4	5	6
6	Wenn es Probleme gibt, tue ich mein Bestes, um sie selbst zu lösen.	1	2	3	4	5	6
7	Wer sich hänseln lässt, ist ein Versager.	1	2	3	4	5	6
8	Es ist wichtig für mich, die „Nummer Eins“ zu sein (z.B. die/der Beliebteste, Erfolgreichste, Reichste, Mächtigste).	1	2	3	4	5	6
9	Ich bin leidenschaftslos.	1	2	3	4	5	6
10	Ich kann Probleme rational lösen, ohne von meinen Gefühlen überwältigt zu werden.	1	2	3	4	5	6
11	Ich begnüge mich nicht mit dem Zweitbesten.	1	2	3	4	5	6
12	Angriff ist die beste Verteidigung.	1	2	3	4	5	6
13	Ich fühle mich kalt gegenüber anderen Menschen.	1	2	3	4	5	6
14	Ich fühle mich abgekoppelt (nicht im Kontakt mit mir selbst, meinen Gefühlen oder anderen Menschen).	1	2	3	4	5	6
15	Ich lasse es zu, dass andere mich kritisieren oder herabsetzen.	1	2	3	4	5	6
16	In Beziehungen lasse ich die andere Person die Oberhand haben.	1	2	3	4	5	6
17	Ich fühle mich anderen Menschen gegenüber distanziert.	1	2	3	4	5	6
18	Ich arbeite viel oder treibe intensiv Sport, um nicht über unangenehme Dinge nachdenken zu müssen.	1	2	3	4	5	6
19	Ich fühle nichts.	1	2	3	4	5	6
20	Ich tue, was ich will, ungeachtet der Bedürfnisse and Gefühle anderer Menschen.	1	2	3	4	5	6
21	Ich mache gern etwas Aufregendes oder Beruhigendes, um meine Gefühle zu vermeiden (z.B. Essen, Sex, Ausgehen, Fernsehen, Shoppen).	1	2	3	4	5	6
22	Gleichwertigkeit existiert nicht, deshalb ist es am Besten über anderen zu stehen.	1	2	3	4	5	6

23	Ich lasse anderen Leuten ihren Willen, anstatt meine eigenen Bedürfnisse auszudrücken.	1	2	3	4	5	6
24	Um weniger von unangenehmen Gedanken oder Gefühlen belastet zu werden, Sorge ich dafür, dass ich immer beschäftigt bin.	1	2	3	4	5	6
25	Ich möchte mich nicht auf andere Menschen einlassen.	1	2	3	4	5	6
26	Ich weiß, wann ich meine Gefühle äußern sollte und wann nicht.	1	2	3	4	5	6
27	Ich fühle mich nicht verbunden mit anderen Menschen.	1	2	3	4	5	6
28	Ich setze mich ein für das was ich will, ohne dabei zu übertreiben.	1	2	3	4	5	6
29	Ich fühle mich besonders und besser als die meisten anderen Menschen.	1	2	3	4	5	6
30	Mir ist alles egal; es gibt nichts, was mir wichtig ist.	1	2	3	4	5	6
31	Wenn man andere nicht beherrscht, dann wird man beherrscht.	1	2	3	4	5	6
32	Ich bin in der Lage, für mich selbst zu sorgen.	1	2	3	4	5	6
33	Ich bin ziemlich kritisch anderen Menschen gegenüber.	1	2	3	4	5	6
34	Ich kann lernen, mich entwickeln und mich verändern.	1	2	3	4	5	6
35	Ich will mich von Gedanken und Gefühlen ablenken, die mich durcheinander bringen.	1	2	3	4	5	6
36	Ich fühle mich hohl.	1	2	3	4	5	6
37	Ich muss die/der Beste sein in dem, was ich tue.	1	2	3	4	5	6
38	Ich bin anderen gegenüber anspruchsvoll.	1	2	3	4	5	6
39	Ich bin unantastbar.	1	2	3	4	5	6
40	Wenn man andere beherrscht, kann einem nichts passieren.	1	2	3	4	5	6
41	Ich bleibe passiv, selbst wenn ich mit etwas nicht einverstanden bin.	1	2	3	4	5	6
42	Ich schikaniere andere.	1	2	3	4	5	6
43	Es ist klug alles zu akzeptieren, von den Menschen die mir wichtig sind.	1	2	3	4	5	6
44	Ich setze andere herab.	1	2	3	4	5	6
45	Ich habe das Gefühl, dass ich mich nicht an die gleichen Regeln halten muss wie andere.	1	2	3	4	5	6
46	Ich kann für mich selbst einstehen, wenn ich das Gefühl habe zu Unrecht kritisiert, missbraucht oder ausgenutzt zu werden.	1	2	3	4	5	6
47	Ich fühle, dass ich von Natur aus ein guter Mensch bin.	1	2	3	4	5	6
48	Wenn es nötig ist, mache ich langweilige oder routinemäßige Aufgaben fertig, um Dinge zu erreichen, die mir wichtig sind.	1	2	3	4	5	6
49	Ich habe ein gutes Bild davon, wer ich bin und was ich brauche, um glücklich zu sein.	1	2	3	4	5	6

5. Partnerschaftsfragebogen

Im Folgenden ist eine Reihe von Verhaltensweisen aufgeführt, die möglicherweise in Ihrer Partnerschaft auftreten. Diese Verhaltensweisen können von Ihrem Partner/Ihrer Partnerin oder von Ihnen beiden gezeigt werden. Kreuzen Sie bitte bei jeder Feststellung an, **wie oft diese Verhaltensweisen in der letzten Zeit** aufgetreten sind. Kreuzen Sie bitte die erste Antwort an, die Ihnen in den Sinn kommt.

Häufigkeit in letzter Zeit:

0 = nie/sehr selten

1 = selten

2 = oft

3 = sehr oft

1	Er/sie wirft mir Fehler vor, die ich in der Vergangenheit gemacht habe.	0	1	2	3
2	Er/sie streichelt mich während des Vorspiels so, dass ich sexuell erregt werde.	0	1	2	3
3	Ich merke, dass er/sie mich körperlich attraktiv findet.	0	1	2	3
4	Er/sie sagt mir, dass er/sie zufrieden ist, wenn er/sie mit mir zusammen ist.	0	1	2	3
5	Vor dem Einschlafen schmiegen wir uns im Bett aneinander.	0	1	2	3
6	Er/sie bricht über eine Kleinigkeit einen Streit vom Zaun.	0	1	2	3
7	Er/sie teilt mir seine/ihre Gedanken und Gefühle offen mit.	0	1	2	3
8	Wenn wir uns streiten, beschimpft er/sie mich.	0	1	2	3
9	Er/sie reagiert positiv auf meine sexuellen Wünsche.	0	1	2	3
10	Wir schmieden gemeinsame Zukunftspläne.	0	1	2	3
11	Wenn er/sie etwas aus seiner/ihrer Arbeitswelt erzählt, so möchte er/sie meine Meinung dazu hören.	0	1	2	3
12	Wir planen gemeinsam, wie wir das Wochenende verbringen wollen.	0	1	2	3
13	Er/sie berührt mich zärtlich, und ich empfinde es als angenehm.	0	1	2	3
14	Er/sie macht mir ein ernstgemeintes Kompliment über mein Aussehen.	0	1	2	3
15	Er/sie bespricht Dinge aus seinem/ihrer Berufsleben mit mir.	0	1	2	3
16	Er/sie bemüht sich, sich meine Wünsche zu merken, und erfüllt sie bei passender Gelegenheit.	0	1	2	3
17	Er/sie kritisiert mich in einer sarkastischen Art und Weise.	0	1	2	3
18	Er/sie äussert sich abfällig über eine von mir geäußerte Meinung.	0	1	2	3
19	Wenn er/sie mich offensichtlich falsch behandelt hat, entschuldigt er/sie sich später bei mir.	0	1	2	3
20	Wir unterhalten uns am Abend normalerweise mindestens eine halbe Stunde miteinander.	0	1	2	3
21	Wenn wir uns streiten, können wir nie ein Ende finden.	0	1	2	3
22	Er/sie gibt mir die Schuld, wenn etwas schief gegangen ist.	0	1	2	3
23	Er/sie nimmt mich in den Arm.	0	1	2	3
24	Während eines Streits schreit er/sie mich an.	0	1	2	3
25	Er/sie fragt mich abends, was ich den Tag über gemacht habe.	0	1	2	3
26	Wenn wir uns streiten, verdreht er/sie meine Aussage ins Gegenteil.	0	1	2	3
27	Er/sie spricht mit mir über seine/ihre sexuellen Wünsche.	0	1	2	3
28	Er/sie streichelt mich zärtlich.	0	1	2	3

29	Er/sie sagt mir, dass er/sie mich gerne hat.	0	1	2	3
30	Er/sie schränkt mich in meiner persönlichen Freiheit ein.	0	1	2	3

31	Wie glücklich würden Sie Ihre Partnerschaft im Augenblick einschätzen?
	<input type="checkbox"/> Sehr glücklich
	<input type="checkbox"/> Glücklich
	<input type="checkbox"/> Eher glücklich
	<input type="checkbox"/> Eher unglücklich
	<input type="checkbox"/> Unglücklich
	<input type="checkbox"/> Sehr unglücklich

Herzlichen Dank!

Vielen Dank, dass Sie an der Untersuchung teilgenommen haben!
Ihre Angaben helfen mir, Beziehungs- und Interaktionsmuster von Paaren zu untersuchen.

Bitte geben Sie hier Ihre Email-Adresse an, wenn Sie an der Verlosung* teilnehmen und eine Partnerschaftsanalyse gewinnen möchten.

*Die Adresse dient lediglich dazu, Sie im Falle eines Gewinns zu kontaktieren. Über die Verlosung wird keine Korrespondenz geführt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Gewinner/innen werden persönlich benachrichtigt.

Ihre Email-Adresse _____

Bitte retournieren Sie den ausgefüllten Fragebogen ohne Absender an:

Tamara Elmer Manneh
BSc Angewandte Psychologie ZFH
Sihlfeldstrasse 118
8004 Zürich
078 740 22 27
tawanda@gmx.ch
elmertam@students.zhaw.ch

Anhang C: Aufrufe

Beispiel: Email-Aufruf ZHAW

Paare gesucht!

Liebe Mitstudierende und Mitarbeitende der ZHAW,

Wieder einmal mehr seid Ihr / sind Sie gefragt!

Für meine Masterarbeit (ZHAW-P Angewandte Psychologie) suche ich Paare, die einen Fragebogen ausfüllen zum Thema Beziehungsmuster in Paarbeziehungen unter schematherapeutischem Gesichtspunkt. Es geht darum herauszufinden, welche Interaktions- und Beziehungsmuster bei Paaren auftreten und wie sie diese bewältigen.

Im Rahmen der Untersuchung werden schriftliche Partnerschaftsanalysen verlost.

Also macht mit und klickt hierzu folgenden Link

<http://www.surveymonkey.com/s/YB6BJKG>

Ein ganz grosses Dankeschön schon jetzt für Eure / Ihre Hilfe!

Tamara Elmer
MSc 2009

Tamara Elmer Manneh
Sihlfeldstrasse 118
8004 Zürich
078 740 22 27
elmertam@students.zhaw.ch
tawanda@gmx.ch

Beispiel: Online-Aufruf auf www.ronorp.ch

Paare gesucht!

Liebe RonorplerInnen,

Ich suche im Rahmen meiner Abschlussarbeit an der Zürcher Hochschule für Angewandte Psychologie ZHAW/IAP Paare, die einen Fragebogen zum Thema Beziehungsmuster in Paarbeziehungen ausfüllen. Es geht darum herauszufinden, welche Beziehungsmuster bei Paaren auftreten und wie sie miteinander umgehen. Wenn du mitmachst, hast du und dein Partner/deine Partnerin die Möglichkeit eine Partnerschaftsanalyse zu gewinnen! Also los, klicke folgenden Link!

<http://www.surveymonkey.com/s/YB6BJKG>

Beispiel: Aufruf Paarberatungen (Printversion)

Sehr geehrte Damen und Herren

Ich bin Psychologiestudentin an der Zürcher Fachhochschule Angewandte Psychologie ZHAW/IAP. Meine Masterarbeit (früher Lic-Arbeit) mache ich zum Thema Beziehungsmuster in Paarbeziehungen aus schematherapeutischer Perspektive. Die Schematherapie von Jeffrey E. Young ist eine neue, aufsteigende und erfolgsversprechende Therapiemethode im Einzel- und Paarsetting. In der Arbeit geht es darum zu ermitteln, welche Interaktions- und Beziehungsmuster bei Paaren auftreten und wie sie diese bewältigen, um einen ersten empirischen Anhaltspunkt zu schematherapeutischen Beziehungskonstellationen zu erlangen.

Damit ich die Arbeit realisieren kann, benötige ich ganz viele Paare, die einen Fragebogen zum Thema ausfüllen. Der Fragebogen richtet sich an Paare in einer aktuellen Paarbeziehung, im Alter ab 18 Jahren nach oben offen, unabhängig von der Partnerschaftspräferenz (hetero und gleichgeschlechtliche Paare).

Nun ist es meine Frage, ob Sie die Möglichkeit sehen, den Fragebogen in Ihrem Wartezimmer aufzulegen, oder ihn direkt den Paaren abzugeben. Sie müssten keine Kontrolle über die Abgabe führen, die Paare könnten den Bogen direkt und anonym an mich zurücksenden.

Der Fragebogen kann auch online ausgefüllt werden unter

<http://www.surveymonkey.com/s/YB6BJKG>

Im Gegenzug könnte ich Ihnen nach Abschluss der Arbeit gerne eine Zusammenfassung zukommen lassen.

Ich würde mich sehr freuen und danke Ihnen schon jetzt herzlich für Ihre Hilfe!

Tamara Elmer

Tamara Elmer Manneh
BSc in Applied Psychology ZFH
Sihlfeldstrasse 118
8004 Zürich
078 740 22 27
elmertam@students.zhaw.ch
tawanda@gmx.ch

Beispiel: Email-Reminder ZHAW

Paare gesucht!

Liebe Mitstudierende der ZHAW,

Letzte Gelegenheit - für alle, die den Paar-Fragebogen meiner Masterarbeit (ZHAW-P Angewandte Psychologie) noch nicht ausgefüllt haben und dies noch wollen!
In der Arbeit werden Beziehungs- und Bewältigungsmuster in Paarbeziehungen unter schematherapeutischem Gesichtspunkt untersucht. Im Rahmen der Untersuchung werden schriftliche Partnerschaftsanalysen verlost! Also macht mit und klickt hierzu folgenden Link

<http://www.surveymonkey.com/s/YB6BJKG>
Einsendeschluss: 11.3.2011

Ich freue mich riesig über ganz viele Paare, die den Fragebogen ausfüllen (und nicht vergessen, es braucht immer beide Partner)!

Ein ganz grosses Dankeschön für's Mitmachen!

Tamara Elmer
MSc 2009

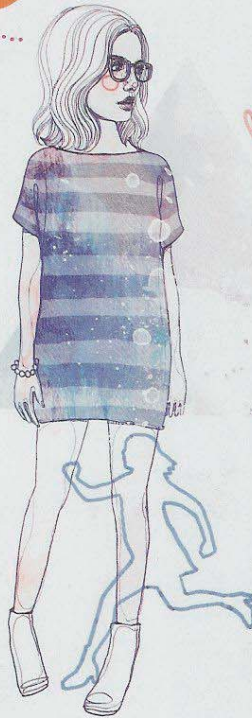
Tamara Elmer Manneh
Sihlfeldstrasse 118
8004 Zürich
078 740 22 27
elmertam@students.zhaw.ch
tawanda@gmx.ch

JOURNAL – LIEBE

Schluss
mit
Schema F

Die Qual nach der Wahl

Schon wieder an den
Falschen geraten?
Dann sollte frau ihr
Beziehungsmuster
checken, sagt Psycho-
login Tamara Elmer.



ANNABELLE: Tamara Elmer, schon wieder ein Mann, der mich betrügt, sich nicht abmeldet, wenn er zu spät nachhause kommt, ständig am Blackberry hängt oder nicht im Haushalt hilft. Was mache ich falsch?

TAMARA ELMER: Es geht hier nicht um richtig oder falsch, sondern um die Muster, die man in eine Beziehung einbringt. Der US-Schematherapeut und Verhaltenspsychologe Jeffrey J. Young sagt, dass dies Muster sind, die wir uns in der Kindheit angeeignet haben und die in Paarbeziehungen immer wieder auftauchen.

Zum Beispiel? Nehmen wir eine Frau, die sich an ihren Mann klammert, die aus Angst, dass er sie verlässt, bis zur Selbstaufopferung alles für ihn tut, ihn überwacht oder bemuttert. Es kann sein, dass sie als Kind einmal das Gefühl hatte, von ihren Eltern im Stich gelassen worden zu sein. Als Erwachsene versucht sie nun, die verlorene Sicherheit und ihre Angst vor dem Verlassenwerden über den Partner zu kompensieren. Was meistens schiefgeht.

Das heisst, wir bewältigen Kindheitstraumen in der Beziehung?

Nicht ganz. Wir bewältigen Beziehungserfahrungen in der Partnerschaft und suchen uns einen Partner aus, von dem wir uns erhoffen, dass er uns vor unbewussten Konflikten rettet. Realisiert man dann, dass man doch wieder an den Falschen gelangt ist, werden je nach Persönlichkeit unterschiedliche Bewältigungsstrategien angewandt: Man resigniert, sagt sich, das kann ich sowieso nicht ändern. Oder es wird überkompensiert: Das heisst, man klammert in der nächsten Beziehung noch mehr, weil man glaubt, noch nicht genug für die Liebe und Anerkennung des Partners getan zu haben, oder es kommt als Gegenreaktion zu einem Wutausbruch nach dem anderen.

Oder: Man geht gar keine Beziehungen mehr ein.

Da gibt es aber sicher noch einen gesunden Mittelweg? Natürlich.

Es gilt, sein Beziehungsmuster zu erkennen, sich zu fragen: Was tut mir gut? Was brauche ich? Bei welchem Typ Mensch fühle ich mich wirklich wohl? Einige schaffen das aufgrund ihrer Erfahrungen selber, andere versuchen, ihre Beziehungsmuster in einer Therapie aufzuschlüsseln. Hierbei leistet die Schematherapie gute Dienste: Wir versuchen herauszufinden, welche Emotionen wirklich etwa hinter dem Klammern stecken.

Die Erkenntnis allein genügt jedoch kaum, oder? Nein. Man muss an sich arbeiten. Zum Beispiel: Sich eine Art Memozettel schreiben mit Sätzen wie «Ich verhalte mich so, weil... Ich muss aufpassen, dass... Ich bin es wert, geliebt zu werden, so, wie ich bin». Und dann geht es darum zu lernen, die Notbremse zu ziehen: Schluss machen, wenn der Typ, in den man sich verliebt hat, schon wieder jene Anzeichen notorischer Unverbindlichkeit zeigt wie alle anderen Partner zuvor. Ändern kann man ihn nicht, ändern kann man nur sich selbst. Doch die eigenen Muster zu durchbrechen, braucht Übung. Mit Rückfällen muss also gerechnet werden!

Und ich?
Wann bin
ich endlich
mal der
Richtige?



TESTPAARE GESUCHT!

Tamara Elmer (34), die an der Zürcher Hochschule für angewandte Wissenschaften (ZHAW) Psychologie studiert, erforscht für ihre Masterarbeit die Schemen in Paarbeziehungen. Dafür sucht sie Frauen und Männer ab 18 Jahren, die in einer Beziehung und bereit sind, mit ihrem Partner/ihrer Partnerin einen Fragebogen zum Thema auszufüllen.

Der Zeitaufwand beträgt etwa 30 Minuten. Exklusiv für annabelle-Leserinnen werden dabei 10 Partnerschaftsanalysen verlost. Einsendeschluss ist der 10. 4. 2011.

— Den Fragebogen finden Sie auf www.surveymonkey.com/s/paarbeziehung

Ist das
was für
Sims-
Schätz?

Anhang D: Auswertungstabellen und Auswertungsgrafiken

Tabelle 20 Berufsgruppen der untersuchten Stichprobe

Berufsgruppen ^a	%	Berufsgruppen ^a	%
Kaufmännische Berufe, Verwaltung	12.3	Kultur, Kunst	5.7
Banken, Versicherungen	2.7	Kundenberatung, Verkauf	3.0
Bildung, Pädagogik	14.3	Landwirtschaft	.5
Biotechnologie, Chemie, Pharma	3.0	Marketing, PR, Medien	6.4
Consulting, Recht, Treuhand	3.0	Personalmanagement	1.6
Controlling, Finanz-, Rechnungswesen	1.8	Polizei, Sicherheit	1.6
Gastronomie, Hotellerie, Tourismus	3.4	Sozialwesen, Psychologie, Seelsorge	21.1
Geschäftsführung, Unternehmensleitung	2.7	Sport, Fitness, Wellness	2.3
Gesundheitswesen, Medizin	16.4	Verkehr	1.6
Gewerbe, Industrie	8.6	Andere	5.0
Informatik, Telekommunikation	5.5	Keinen	4.1
Ingenieurwesen, Technik	10.0		

Anmerkung. ^an = 440 Personen; Mehrfachnennungen möglich.

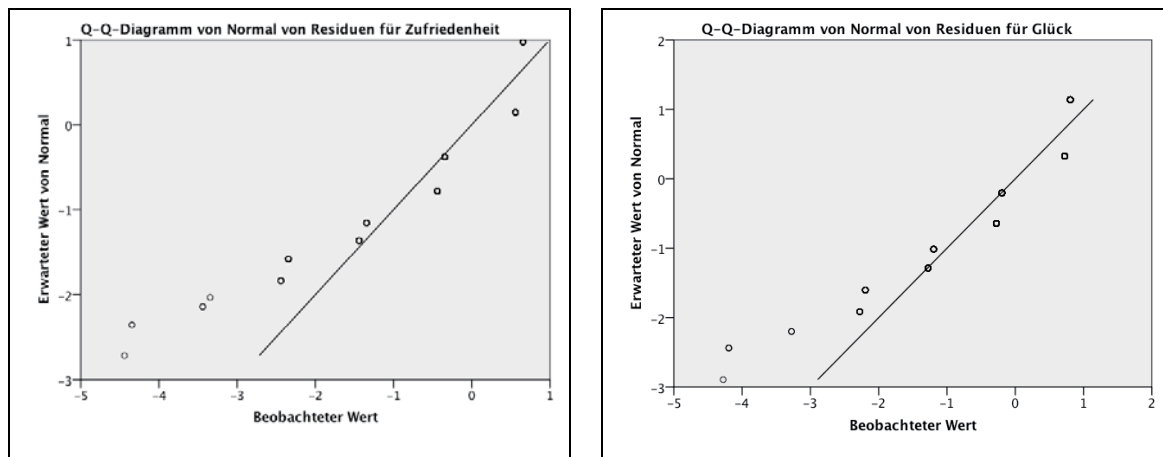


Abbildung 7. Residuenplot Partnerschaftszufriedenheit und Partnerschaftsglück

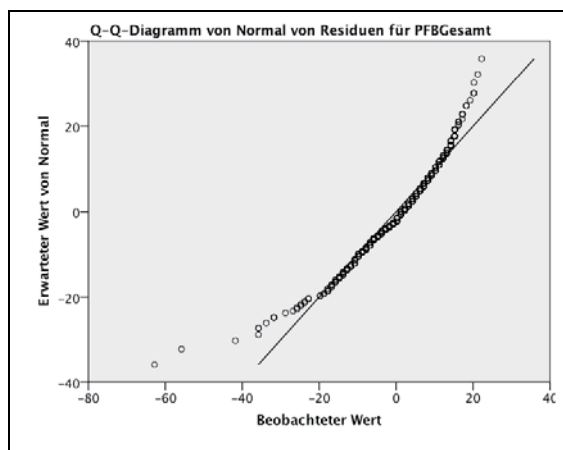


Abbildung 8. Residuenplot PFB-Gesamtwert

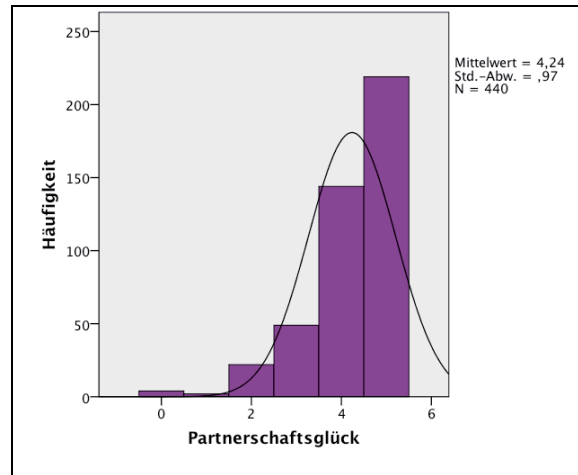
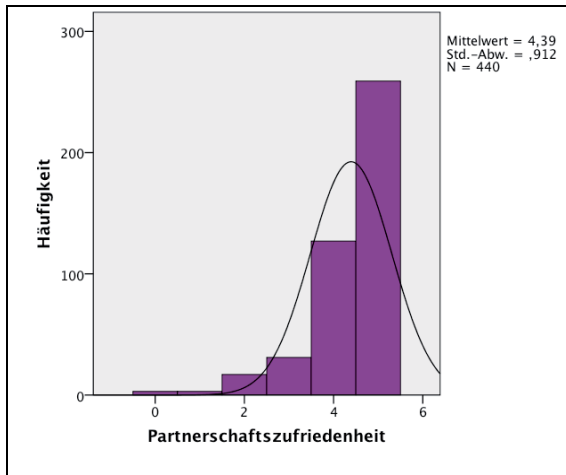


Abbildung 9. Histogramm Partnerschaftszufriedenheit und Partnerschaftsglück

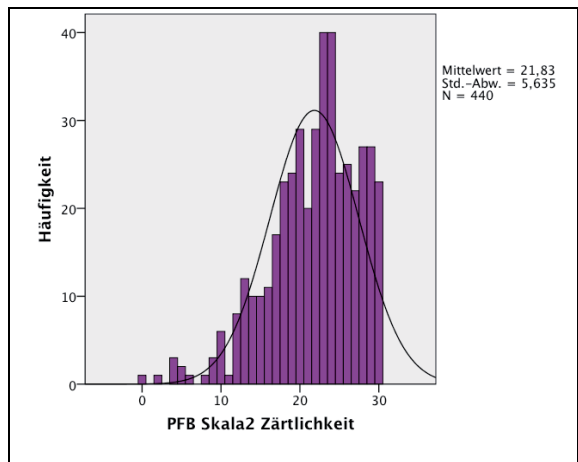
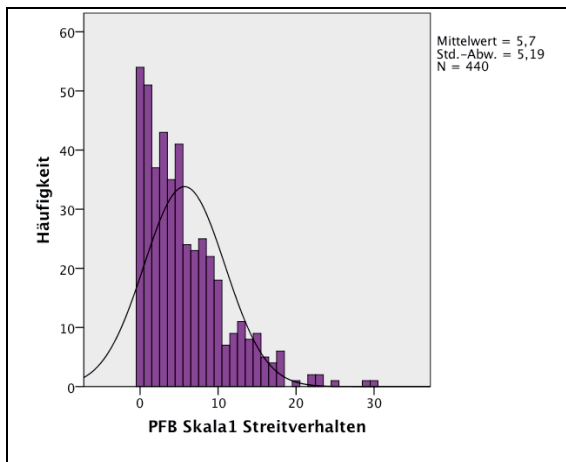


Abbildung 10. Histogramm PFB Skala Streitverhalten und PFB Skala Zärtlichkeit

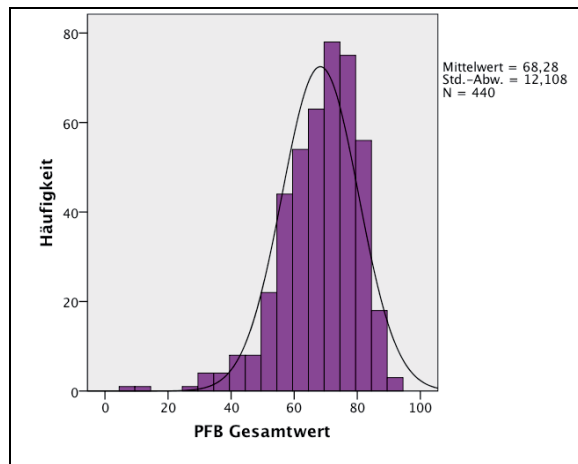
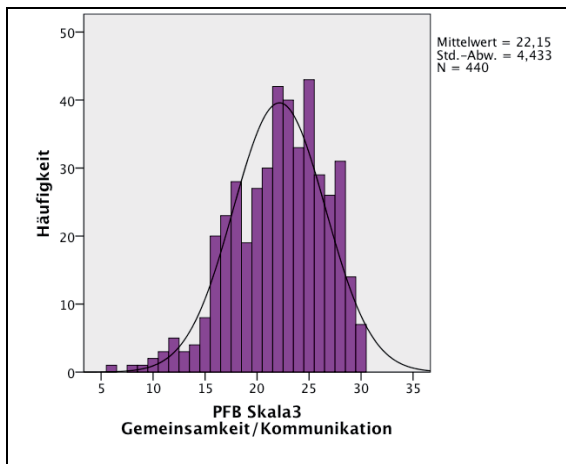


Abbildung 11. Histogramm PFB Skala Kommunikation und PFB-Gesamtwert

Tabelle 21 Übersicht Schema-Kombinationen Wertelabels

Sche- ma	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1	1																	
2	2	19																
3	3	20	36															
4	4	21	37	52														
5	5	22	38	53	67													
6	6	23	39	54	68	81												
7	7	24	40	55	69	82	94											
8	8	25	41	56	70	83	95	106										
9	9	26	42	57	71	84	96	107	117									
10	10	27	43	58	72	85	97	108	118	127								
11	11	28	44	59	73	86	98	109	119	128	136							
12	12	29	45	60	74	87	99	110	120	129	137	144						
13	13	30	46	61	75	88	100	111	121	130	138	145	151					
14	14	31	47	62	76	89	101	112	122	131	139	146	152	157				
15	15	32	48	63	77	90	102	113	123	132	140	147	153	158	162			
16	16	33	49	64	78	91	103	114	124	133	141	148	154	159	163	166		
17	17	34	50	65	79	92	104	115	125	134	142	149	155	160	164	167	169	
18	18	35	51	66	80	93	105	116	126	135	143	150	156	161	165	168	170	171

Anmerkung 1. 1 = Verlassenheit/Instabilität, 2 = Misstrauen/Missbrauch, 3 = Emotionale Entbehrung, 4 = Unzulänglichkeit/Scham, 5 = Soziale Isolation/Entfremdung, 6 = Abhängigkeit/Inkompetenz, 7 = Anfälligkeit für Schädigungen oder Krankheiten, 8 = Verstrickung/Unentwickeltes Selbst, 9 = Versagen, 10 = Anspruchshaltung/Grandiosität, 11 = Unzureichende Selbstkontrolle/Selbstdisziplin, 12 = Unterwerfung, 13 = Selbstaufopferung, 14 = Streben nach Zustimmung und Anerkennung, 15 = Negativität/Pessimismus, 16 = Emotionale Gehemmtheit, 17 = Überhöhte Standards/übertrieben kritische Haltung, 18 = Bestrafen.

Anmerkung 2. Häufigste Schemakonstellationen: ■ Selbstaufopferung mit Überhöhte Standards; Überhöhte Standards mit Überhöhte Standards; ■ Streben nach Zustimmung mit Überhöhte Standards; ■ Selbstaufopferung mit Streben nach Zustimmung; ■ Streben nach Zustimmung mit Streben nach Zustimmung. Untervertretene Schemakonstellationen: ■ Seltene Schemakonstellationen; ■ Schemata, die in einer bis keiner Schemakonstellations vorkommen.

Ich erkläre hiermit, dass ich die vorliegende Arbeit selbstständig und ohne Benützung anderer als der angegebenen Hilfsmittel verfasst habe.

Unterschrift: