

Beziehungsorientierte Beratung älterer Paare

Prof. Dr. Michael Vogt

Berlin

25.09.2010

Übersicht

1. Zwischen Altersmythen und neuen Aufbrüchen
2. Partnerschaft im Alter und ihre Herausforderungen
3. Partnerschaftsberatung im höheren Lebensalter
4. Beratungssystematik für lebenserfahrene Ratsuchende
5. Perspektiven

Die Grundsehnsucht nach Beziehung und Unmittelbarkeit hört im Alter nicht auf...

Verlangen nach:

- menschlicher Berührung
- Kontakt und Interaktion mit anderen
- Sexueller Intimität
- Partnerschaft

Wertebezogene Bedürfnisse:

- unseren Alltag teilen
- emotionale Unterstützung
- unsere Ideen mit jemanden teilen
- Suche nach tiefer Liebe, nach Vertrauen
- der Wunsch, für jemanden etwas ganz Besonderes zu sein
- das Gefühl, zueinander zu gehören
- auf jemanden zählen können, wenn wir ihn brauchen

Partnerschaftszufriedenheit

Intimität

- Emotionale Nähe, Vertrautheit und Geborgenheit.
- Sie ermöglicht partnerschaftliche Empathie und motiviert eine Stärkung des positiven Selbstkonzeptes.

Übereinstimmung

- Gemeinsame Wertvorstellungen und Überzeugungen, Ziele und Freunde lassen das Partnerschaftssystem „erstarken“ („Gemeinsam sind wir stark!“) und führen zur Positionierung gegenüber der sozialen Umwelt.

Unabhängigkeit

- Eigenstand als Person und Persönlichkeit (Ich bin nicht „die bessere Hälfte“ – sondern ganz Ich!“)
- Individualität bereichert die Kommunikation als Paar und führt zur „personality“.

Sexualität

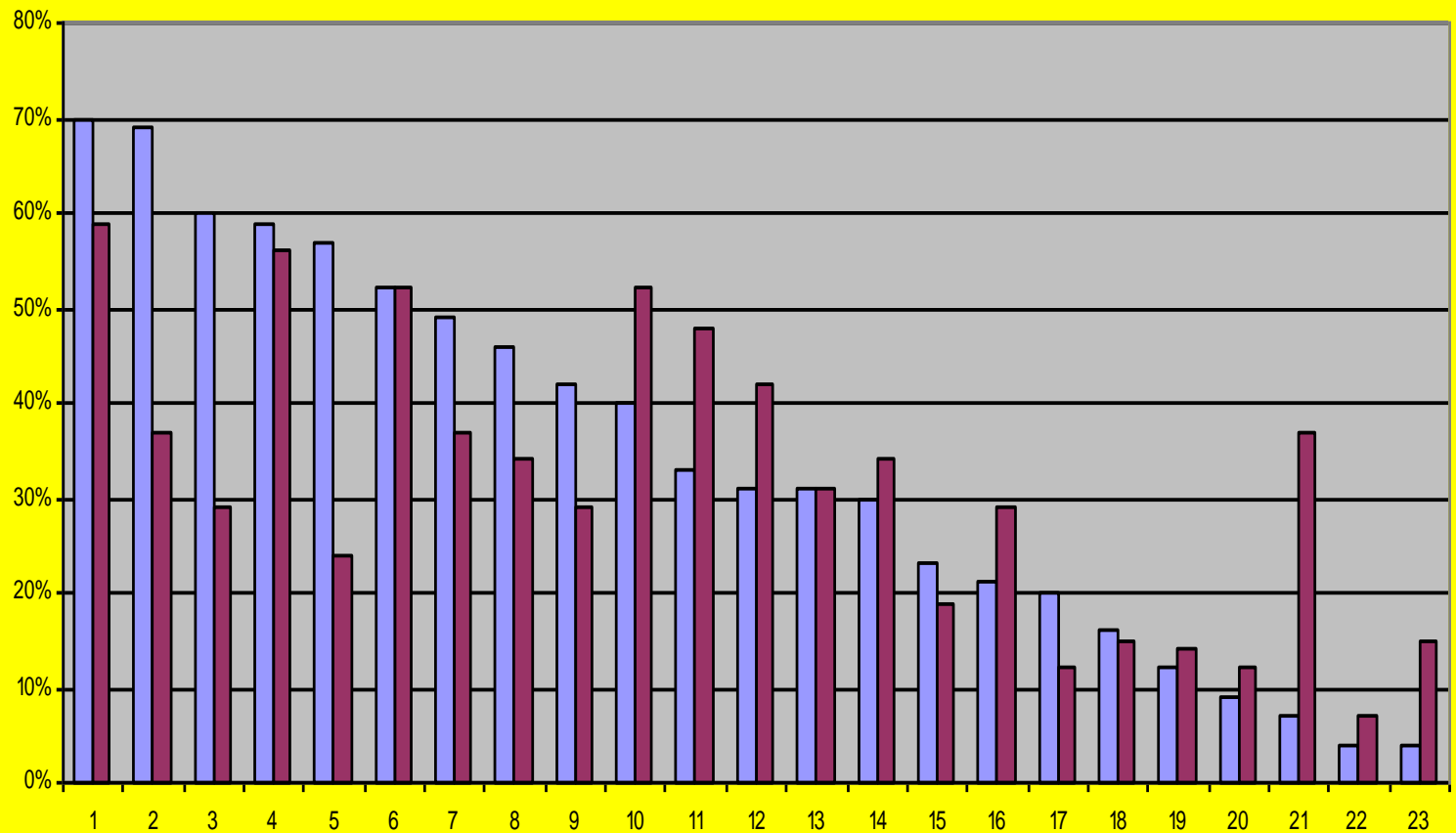
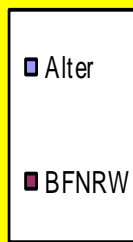
- Sexualität zählt zu den Grundbedürfnissen des Menschen. Sexuelle Zufriedenheit ist für die dauerhafte Gestaltung einer Partnerschaft durch an- wie erregende Bezugspunkte für das Selbsterleben und Vertiefung der Geborgenheit substantiell.

Studie BF



Erhebungsinstrumente

- Fragebogen zu den sozio-ökonomischen Daten
- Problemliste (PL)
- Fragebogen zur Einschätzung von Partnerschaft und Familie (EPF)
- Depressionsskala (ADS)
- Beschwerdeliste (BL)
- Fragen zur Lebenszufriedenheit (FLZ)
- Fragen zur Beratung an Klienten (FBK)
- Fragen zur Beratung an den/die Berater/in (FBB)
- Fragen zum Beratungsverlauf (FBV)



1 = Sexualität

2 = Freizeitgestaltung

3 = Haushaltsführung/Wohnung

4 = Kommunikation/ Gemeinsame
Gespräche

5 = Freunde und Bekannte

6 = Zuwendung des Partners

7 = Persönliche Gewohnheiten des
Partners

8= Gewährung persönlicher Freiheiten

9 = Berufstätigkeit

10 = Fehlende Akzeptanz/ Unterstützung

11 = Forderungen des Partners

12 = Temperament des Partners

13 = Vertrauen

14 = Verwandte

15 = Attraktivität

16 = Eifersucht

17 = Einteilung des monatlichen Einkommens

18 = Außereheliche Beziehungen

19 = Krankheit/Behinderungen/psychische
Störungen

20 = Umgang mit Alkohol/ Medikamenten/ Drogen

21 = Vorstellungen über Kindererziehung^a

22 = Tätlichkeiten

23 = Fam.planung

a = nur für Personen mit Kindern

Potentielle Konflikte und Krisen in einer alternden Beziehung

Lust oder Last: Die Sexualität (Vogt, 2004)

- Sexualität > sehr stör anfällig und abhängig von der Qualität der Beziehung.

Was hemmt die Lust?

- Lieblosigkeit, wechselseitige Verletzungen, ungelöste oder verdrängte Konflikte, zu hohe Erwartungen a. d. Partner.
- „Kumpelehe“ (eher geschwisterliche Gefühle, Anrede oft „Mama“ / „Papa“), zu viel Routine, zu wenig Zärtlichkeit.
- Stress, psychische Belastungen und physische Schmerzen.
- Krankheiten, Operationen, die Einnahme bestimmter Medikamente, übermäßiger Genuss von Alkohol, Angst vor „Versagen“.

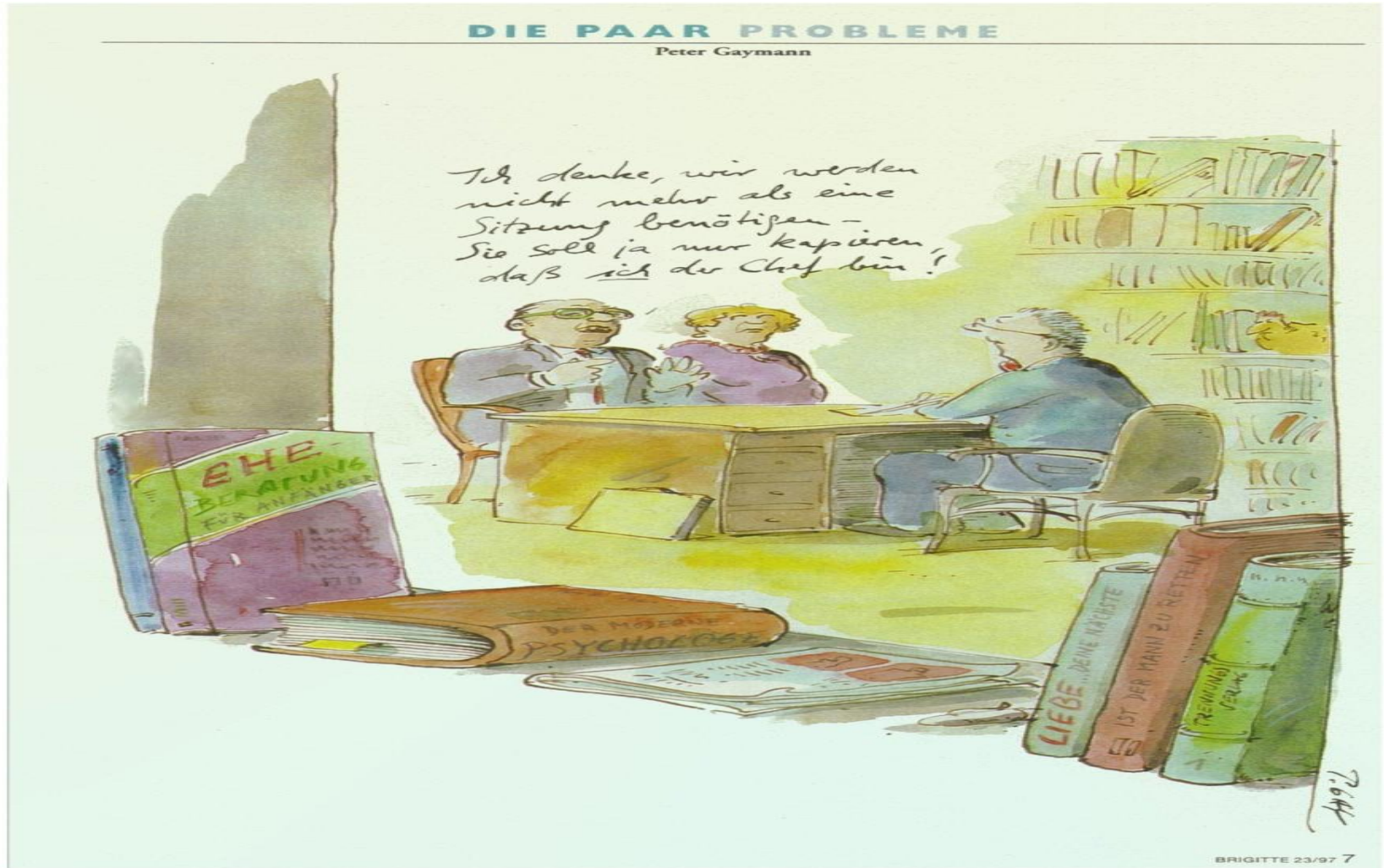
Zuspitzung unterschwelliger Paarkonflikte

- **Veränderungsimpulse** im Alter treffen auf **homöostatische Kräfte**, die in ihrer Personalisierung eine Eskalation von Konflikten auslösen können.
- **Eingeschliffene Routinen und starre Beziehungsmuster**, die als unveränderbar eingeschätzt und nicht mehr hinterfragt werden, führen „entweder zu einem Nebeneinander von zwei Autisten oder zu Festungspaaren“ (Rosenmayr, 1992a, 469).
- Dies führt zur **Spannung zwischen „Hoffen und Bangen“** (Goldbrunner / Vogt, 1999), zwischen **„gewonnenen Jahren und riskanten Freiheiten“** (Imhoff 1981 / Beck / Beck-Gernsheim 1994).

Neue Aufgaben

- **„Neue“ Paarbeziehungen** im Alter
 - Umgang der erwachsenen Kinder mit neuem Partner / neuer Partnerin der Mutter / des Vaters
 - Ängste vor Zuwendungsverlust / Verlust des erwarteten Erbes
 - Neustrukturierung des familiären Systems
 - Aber auch Entlastung durch nicht mehr notwendige Versorgung bei Krankheit und Pflege

Partnerschaftsberatung



Prof. Dr. Michael Vogt - nur zum internen Seminaregebrauch

Beratungssystematik

- Umgang mit Ambivalenzen
- Einbezug der sozio- und psycho-historischen Perspektive
- Widerstandsarbeit unter bio-psycho-sozialer Betrachtung (Wechselwirkung, zeitliche Dimension, Teilziele)

Gestalten Sie den Prozess durch folgendes Leitthema:

„Wie kann ich Ihnen helfen, mich wieder loszuwerden?“



Falling in love is *easy*
but *staying* in love
is something very special.

[ANON]

MasterCard