



Fragebögen und Bewertungsskalen sind wertvolle Instrumente für jeden Paartherapeuten. Sie ermöglichen es, objektive und standardisierte Daten über verschiedene Dimensionen der Partnerschaft zu erhalten. Im Gegensatz zu projizierenden Instrumenten wie dem Genogramm oder dem Paarwappen, die Zugang zu symbolischerem und unbewusstem Material bieten, zielen Fragebögen auf konkrete und messbare Aspekte der Paardynamik ab.

Es gibt zahlreiche wissenschaftlich validierte Skalen, die Kernvariablen wie die Beziehungszufriedenheit, Kommunikation, Konfliktlösung, Intimität oder Engagement erforschen. Zu den bekanntesten gehören:

- Die Dyadic Adjustment Scale (DAS) von Spanier, die die dyadische Anpassung auf 4 Dimensionen bewertet: Konsens, Kohäsion, Zufriedenheit und emotionaler Ausdruck.
- Die Échelle d'Ajustement Dyadique (DAS) in ihrer von Antoine et al. validierten französischen Fassung.
- Die Familienfunktionsbewertung (EFF) von Bloom, die die Qualität der Familienbeziehungen misst.
- Das Marital Satisfaction Inventory (MSI) von Snyder, das die Quellen von Beziehungsstress identifiziert.

Diese Skalen sind aus mehreren Gründen nützlich. Zunächst ermöglichen sie eine erste Bestandsaufnahme der Beziehung, indem sie ein Profil der Stärken und Schwächen des Paares erstellen. Dies hilft dem Therapeuten, schnell die Spannungspunkte und die Schwerpunkte der Arbeit zu identifizieren.

Darüber hinaus fördern die Fragebögen ein Bewusstsein bei den Partnern. Durch die

Beantwortung einer Reihe von konkreten Items werden sie dazu angeregt, ihre Beziehungserfahrungen aus einem neuen Blickwinkel zu betrachten. Einige bisher nicht angesprochene Schwierigkeiten können dabei zum Vorschein kommen.

Nehmen wir das Beispiel von Sophie und Paul. Beim Ausfüllen eines Fragebogens zur Kommunikation stellt Sophie fest, dass sie die Mindestnote für die Frage "Ich drücke meine Emotionen meinem Partner gegenüber leicht aus" vergeben hat. Dieser Punkt beleuchtet ihr Gefühl, nicht gehört zu werden, das sie bisher nicht klar ausdrücken konnte. Der Fragebogen wird zu einem Hebel, um diese Unzufriedenheit in der Sitzung anzugehen.

Die Ergebnisse der Skalen sind auch eine wertvolle Grundlage für den Austausch im Paar. Unter Anleitung des Therapeuten können die Partner ihre Antworten konfrontieren, ihre Wahrnehmungen teilen, ihre Bedürfnisse ausdrücken. Die aufgedeckten Unterschiede sind Ansatzpunkte für das Gespräch.

Stellen Sie sich vor, dass Pierre in einer Inventur über Konfliktquellen eine starke Unzufriedenheit mit dem Punkt "Uneinigkeiten über den Umgang mit der Schwiegerfamilie" zum Ausdruck bringt, während Marie eine neutrale Punktzahl erhält. Dieser Unterschied bietet Raum dafür, dass Pierre sein Unbehagen ausdrückt und das Paar gemeinsam nach Lösungen sucht.

Ein weiterer Vorteil der Fragebögen ist, dass sie es ermöglichen, die Entwicklung der Beziehung im Laufe der Therapie zu bewerten. Indem man die gleichen Skalen zu verschiedenen Zeitpunkten während der Therapie (Anfang, Mitte, Ende) verwendet, kann man den erzielten Fortschritt objektiv messen. Dies motiviert das Paar, das die konkreten Vorteile der therapeutischen Arbeit sieht. Für den Praktiker ist es auch eine Möglichkeit, seine Interventionen anhand der Ergebnisse anzupassen.

Natürlich sind Fragebögen kein Allheilmittel. Sie haben ihre Grenzen, von denen man sich bewusst sein muss. Zunächst einmal spiegeln sie nur die subjektive Erfahrung jedes Einzelnen zu einem bestimmten Zeitpunkt wider. Die Antworten können durch Kontextfaktoren (aktuelle Auseinandersetzungen, soziale Erwünschtheit...) verfälscht sein.

Darüber hinaus geben die Fragebögen nur einen teilweise und reduzierenden Einblick in die Komplexität einer Beziehung. Sie ersetzen nicht die qualitative Erforschung der Beziehungserfahrungen der Partner.

Schließlich können einige Paare, die Schreibaufgaben ablehnen, die Fragebögen als Belastung empfinden. Der Therapeut wird darauf achten, ihren Nutzen zu erklären und sie mit Bedacht einzusetzen.

Zusammenfassend sind Fragebögen und Bewertungsskalen standardisierte, wertvolle Instrumente, um eine erste Bestandsaufnahme der Beziehung zu erstellen, das Bewusstsein

für Schwierigkeiten zu fördern, den Dialog zwischen Partnern zu unterstützen und die Entwicklung im Laufe der Therapie zu messen. Aufgeklärt eingesetzt und ergänzt durch einen umfassenden klinischen Ansatz, sind sie ein leistungsstarker Hebel für therapeutische Veränderungen. Der Paartherapeut wird gut beraten sein, sie sorgfältig in seine Praxis zu integrieren, als Hilfsmittel zur Förderung der therapeutischen Allianz und Arbeit.

Zusammenfassung:

- Fragebögen und Bewertungsskalen sind standardisierte Instrumente, die objektive Daten über verschiedene Dimensionen der Partnerschaft (Zufriedenheit, Kommunikation, Konfliktlösung, Intimität, Engagement) liefern.
- Sie ermöglichen eine erste Bestandsaufnahme der Beziehung, indem sie die Stärken und Schwächen des Paares identifizieren. Dies hilft dem Therapeuten, die Schwerpunkte der Arbeit zu identifizieren.
- Sie fördern ein Bewusstsein bei den Partnern, indem sie sie dazu anregen, ihre Beziehungserfahrungen aus einem neuen Blickwinkel zu betrachten. Einige bisher nicht angesprochene Schwierigkeiten können dabei zum Vorschein kommen.
- Die Ergebnisse sind eine Grundlage für den Austausch im Paar, das Auseinandersetzen mit den Wahrnehmungen des anderen und das Ausdrücken von Bedürfnissen, begleitet vom Therapeuten. Die aufgedeckten Unterschiede sind Ansatzpunkte für das Gespräch.
- Bei wiederholter Anwendung während der Therapie ermöglichen die Fragebögen eine objektive Bewertung der Entwicklung der Beziehung. Dies motiviert das Paar und ermöglicht es dem Therapeuten, seine Interventionen anzupassen.
- Fragebögen haben ihre Grenzen: Sie spiegeln eine subjektive Erfahrung zu einem bestimmten Zeitpunkt wider, geben nur einen teilweisen Einblick in die Beziehung und können von einigen Paaren als Belastung empfunden werden.
- Aufgeklärt eingesetzt und ergänzt durch einen umfassenden klinischen Ansatz, sind Fragebögen ein leistungsstarker therapeutischer Hebel zur Förderung der therapeutischen Allianz und Arbeit mit dem Paar.