

## Beratung

Im Unterschied zur Psychotherapie dient die persönliche Beratung der Stärkung des eigenen "Ichs". Sie dient nicht der Umstrukturierung der Persönlichkeit des Klienten, sondern in erster Linie der Strategiegewinnung zur Bewältigung aktueller privater oder beruflicher Probleme.

Beratung ist von kürzerer Dauer und kann auch sporadisch in Anspruch genommen werden. Der Berater begleitet den Klienten, indem er ihm ein bestimmtes Beziehungsangebot macht.

Diese definierte Beziehung wird während des Beratungsprozesses beibehalten und ist beendet, wenn die für den Klienten als unerträglich empfundene Problematik gelindert oder mit zusätzlichen Hilfsangeboten oder Lösungsvorschlägen begleitet wurde.

Der Klient spürt Erleichterung, da er so gestärkt schwierige Entscheidungsprozesse für Krisensituationen treffen kann.

### **Ambivalenzberatung**

Konflikte durchlaufen oft mehrere Stadien, bevor die Partner überhaupt wissen, wie das Ergebnis anschließend aussieht. In den meisten Fällen bedeuten Trennung und Scheidung für Familien eine Veränderung der gesamten Lebenssituation. Es sind oft schmerzhafte Prozesse, verbunden mit heftigen Gefühlen von Trauer, Verzweiflung, Angst, Wut und Enttäuschung.

Eine Beratung kann angemessen sein als Ambivalenzberatung, wenn sich zunächst ein Partner mit Trennungsgedanken trägt und sich bereits emotional distanziert hat, während der andere Partner noch an der Beziehung festzuhalten versucht. Es kann auch sein, dass beide Partner meinen, in einer tiefen Beziehungskrise zu stecken und Lösungserfordernisse und -perspektiven unklar sind. Dann zielt die Ambivalenzberatung darauf ab, die widersprüchlichen Bedürfnisse und Interessen der Partner herauszuarbeiten.

### **Trennungsberatung**

Eine Trennungsberatung kommt in Betracht, wenn wenigstens einer von beiden Partnern eindeutig die Trennung wünscht oder sie bereits räumlich vollzogen hat. Gefühle von Enttäuschung, Trauer und Schmerz sind Themen innerhalb der Beratungsbeziehung wie auch die Strategien zur Bewältigung dieser Krise.

### **Scheidungsberatung**

Wissen Sie, dass die Trennung endgültig vollzogen werden soll, dann stehen Themen der Betreuung der Kinder (Sorgerecht, Umgangsregelungen), die Finanzen (Unterhalt für die Kinder, den Ehegatten, Vermögen/Schulden u.a.) und die Wohnung bzw. das Haus (Aufteilung des Hausrates, Auszug, Verkauf u.a.) im Mittelpunkt der Auseinandersetzung.

Bevor Sie das Verfahren der Mediation wählen, kann eine Trennungs- und Scheidungsberatung im Vorfeld Ihnen helfen, nach eigenen Gesichtspunkten ordnende Prinzipien für ihr weiteres Leben zu entwickeln.

Nach dem heutigen Erkenntnisstand in der Trennungs- und Scheidungsberatung geht man davon aus, dass Familienkonflikte, insbesondere dann, wenn Kinder betroffen sind, mit den Mitteln des Familienrechts allein nicht in gebotener Weise erfasst und verstanden werden. Wohl kann das Recht im Chaos der Gefühle Strukturen schaffen; diese ordnende und strukturierende Form des Rechts erreicht allerdings selten mehr als den Außenbereich des familiären Kontextes. Es geht im Recht um die Gewichtung der Positionen, wer welche Ansprüche geltend machen kann, nicht um eine Konfliktregulierung, bei der keine der beiden Seiten sich als Verlierer fühlen muss.

Insofern ist der Weg der Trennungs- und Scheidungsberatung oft der 1. Schritt zur Konfliktbewältigung und kann als Neuanfang der Beziehung verstanden werden, oder er ist der erste Schritt zur Mediation.