

Hansjörg Pfannschmidt:

Paartherapie als psychoanalytisches Geschehen
(Vortrag, gehalten vor der DPG Arbeitsgruppe in Fürth am 15.04.2005)

Einleitung

Wie **Freud** (1905) in den „Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie“ die genitale Sexualität als Produkt einer Entwicklung aus infantilen Vorstufen dargestellt hat, möchte ich die Entwicklung des Menschen zum erwachsenen, beziehungsfähigen, Verantwortung für sich und seine Mitmenschen übernehmenden Individuums als Ergebnis einer Entwicklung verstehen, bei der alle Entwicklungsphasen aufeinander aufbauen und jeweils zu einer neuen Qualität werden, in der die vorausgegangenen Stufen - im doppelten Sinn des Wortes - aufgehoben sind. – Bei dieser Entwicklung spielen jeweils Trennungserfahrungen und deren Verarbeitung eine entscheidende Rolle. **Küchenhoff** (1999) zeigt auf, dass Trennungen nur zu bewältigen und fruchtbar zu machen sind, wenn sie innerhalb einer bestehenden, tragfähigen Bindung stattfinden. Nur dann kann Trennung dazu führen, das Verlorene als Verinnerlichtes zu bewahren. Wenn dieser Prozess glückt, kann eine jeweils neue, reifere Stufe der psychischen Entwicklung erreicht werden.

Die Phasen

Um die Dynamik der Paarbildung, ihre Aufgaben und Krisen, vor allem die Krise der Lebensmitte verstehen zu können, schlage ich vor, zwei weitere Entwicklungsphasen anzunehmen, ich nenne sie die „*zweite Latenzphase*“ und mit einer Formulierung J. Küchenhoffs die Phase der „*Anerkennung des Anderen*“. In jeder neuen Phase werden die bis dahin nicht gelösten Entwicklungsdefizite erneut virulent. Ich möchte nun einige der elementarsten Grundbedürfnisse aufzählen, die auch in den Paarkrisen in spezifischer Form auftauchen, wenn sie bis dahin nicht zufrieden stellend realisiert werden konnten.

Die orale Phase

Ich meine, dass eines dieser Grundbedürfnisse, vielleicht sogar das grundlegendste, die Erfahrung ist, in Gegenwart eines anderen Menschen - beim Säugling, der Mutter – allein sein zu können, geborgen zu sein, weil der Andere keine Ansprüche an einen hat, selbst aber als gute „Umgebungsmutter“ spürbar gegenwärtig ist. **D.W. Winnicott** (1958) nennt das Ergebnis dieser Erfahrung die „*Fähigkeit, allein zu sein*“ – Bei den Paargesprächen lege ich auf diesen Aspekt der Entwicklung großen Wert.

Ein weiteres Grundbedürfnis ist die ausreichende, angemessene *Zuwendung* und emotionale wie physische *Versorgung* durch die Pflegepersonen, in erster Linie eben durch die Mutter. In der neueren Säuglingsforschung wird durch **D.Stern** (1992) deutlich gemacht, um welche intensive und lebenswichtige interaktionelle Prozesse es schon in der frühesten Lebensphase geht und dass von der Weise inwieweit diese Prozesse gelingen, abhängt, ob ein Mensch Zuversicht und Zutrauen in die Welt und die Mitmenschen setzen kann, oder misstrauische Distanz halten und damit ein eingeschränktes Leben führen muss. Bei diesem Grundbedürfnis spielt das Wahrgenommenwerden eine entscheidende Rolle.

Wir wissen aus den Forschungen von **René Spitz** (1965), dass Säuglinge, die nicht aktiv wahrgenommen werden, und zwar so, dass sie das Interesse der Pflegepersonen auch spüren, in der Gefahr sind, zu sterben. Wir wissen, dass ältere Kinder, die sich nicht gesehen fühlen,

notfalls solchen Ärger machen, dass man sich ihrer auf eine sehr unangenehme Weise annimmt, aber es ist wohl eher auszuhalten, Prügel zu beziehen, als verloren zu gehen. –

Der Begriff „*wahrnehmen*“ schließt nicht nur das Hören und die hautsensorische Aufnahme von Information ein, sondern beinhaltet in unserer Sprache die Begriffe „wahr“ und „nehmen“, was es für mich in die Nähe des hebräischen „*jada*“ bringt, welches am besten zu übersetzen wäre mit „liebend erkennen“ und was in der Bibel sowohl für die Gotteserkenntnis, als auch für das sexuelle „erkennen“ gebraucht wird. Für mich ist dabei die Sinnlichkeit dieses Erkennt-werdens ausschlaggebend.

Kinder sind darauf angewiesen, von ihrer Umgebung, zunächst von ihren Eltern und Bezugspersonen „erkannt“, „wahrgenommen“ zu werden, denn nur was andere an und in mir erkennen, kann ich als mein Eigenes integrieren, mir aneignen und weiterentwickeln. – Es ist eine elementar wichtige Aufgabe der Eltern, ihre Kinder richtig „wahr“ zu nehmen, ihnen zu zeigen, wer sie sind, wer sie werden können, welche Fähigkeiten und Schwierigkeiten sie haben und was sie als Möglichkeiten mitbekommen haben, auch mit diesen Schwierigkeiten umzugehen. Bei dem Vorgang des Wahrnehmens selbst, sehen Eltern davon ab, ihrerseits von ihren Kindern wahr-genommen zu werden. Vielleicht könnte man sagen: nur wenn ich jemand bin, der genügend wahrgenommen wurde und wird, kann ich bei denjenigen, die von mir abhängig sind, darauf verzichten, meinerseits von ihnen wahrgenommen zu werden, nur dann kann ich diejenigen, die auf mich angewiesen sind, angemessen wahr-nehmen. Wenn wir als Therapeuten das tun, sehen wir davon ab, von unseren Patienten erkannt zu werden, die dürfen uns ruhig ver-kennen, in der Übertragungsneurose sollen sie das sogar. – Die Voraussetzung dafür, diesen Liebesdienst dem Kind oder dem Patienten zu leisten, ist die relative emotionale Autarkie des Erziehenden, bzw. des Therapeuten. - Umgekehrt kann es dazu kommen, dass Abhängige, seien es Kinder, Patienten oder Partner, dahingehend manipuliert werden, den, von dem sie abhängig sind, wahrnehmen zu müssen, dieser muss dann auf das lebenswichtige Wahrgenommenwerden durch die Person, von der er abhängig ist, und die er braucht, um sich als er selbst entwickeln zu können, ganz oder teilweise verzichten.

Die anal-sadistische Phase

In einer weiteren Entwicklungsstufe, der *anal-sadistischen*, geht es darum, auszustoßen und zu behalten, zu vernichten und zu besitzen. Darf ich eigen-sinnig sein, darf ich egoistisch sein, darf ich „nein“ sagen, darf ich mich mit meinem ganzen Affekt gegen meine Bezugspersonen wenden, sie ablehnen, mich verweigern, darf ich Lust an der Zerstörung erleben? – Hier geht es ganz entschieden darum, ob die frühe Umwelt, ob meine frühen Bezugspersonen mich mit diesen Affekten und Bedürfnissen aushalten, beziehungsweise, wie weit sie mich mit diesen Affekten aushalten, ob sie, im übertragenen Sinn gesprochen, meine destruktiven Attacken überleben. In dem Maße, in dem das in Frage steht und damit die Beziehung zu den Menschen, von denen ich als Kind abhängig bin, bin ich gezwungen, meine destruktive Potenz einzuschränken, zu verdrängen, abzuspalten oder gegen mich selbst zu richten.

Die phallische Phase

In der *phallischen Phase* treffen sich alle bisherigen Erfahrungen in der Frage nach dem eigenen Geschlecht und kulminieren im Ödipuskomplex und der vorläufigen Lösung, die Freud den Untergang des Ödipuskomplexes genannt hat. Für uns steht die Frage im Vordergrund, welches Bild vom eigenen Geschlecht sich das heranwachsende Kind machen konnte und welche Vorstellungen von dem Verhältnis von Mann und Frau es in seiner Familie erfahren hat, welche Paar-Imago (inneres Bild von der Paarbeziehung der Eltern) es beginnt zu

internalisieren. Wie ging die Mutter damit um, dass ihr kleines Mädchen den Vater an-schwärmte und dass er davon begeistert war, oder konnte er das gar nicht zulassen, sondern musste es von sich stoßen um nicht die bedrohliche Eifersucht der Mutter in Gang zusetzen, der er nicht gewachsen war? - Wie weit die kindliche Erotik in einer Familie zugelassen werden kann, hängt natürlich davon ab, ob und in welchem Maß es zwischen den Eltern erotisch lebendig ist, oder ob die Liebe und das Begehren des Kindes für die Paarbeziehung viel zu gefährlich sind, weil sich herausstellen könnte, dass die Tochter den Vater oder der Sohn die Mutter weit intensiver lieben und erotisch berühren kann, als das zwischen den Eltern noch möglich ist.

Die Latenzzeit

Über die **Latenzzeit** schreibt **Gudrun Fuchs** (2000): „Das Latenzkind empfindet große Lust, sich in und an anderen Welten, außerhalb der Familie, aber innerhalb einer speziellen Ethnie zu orientieren. Neue Sinnlichkeitsmodellierungen finden statt, neue Liebesobjekte und Identifizierungslieben innerhalb der Peer Group und der neuen Erwachsenenobjekte tun sich auf. ... In dieser oft als „ruhige Zeit“ beschriebenen Entwicklungszeit sind aber in Tiefenschichten Unruhe und Konflikte wegen der ersten vorsichtigen Trennungsschritte von den primären Liebesobjekten wirksam.“

Die Adoleszenz

Nach den von Freud postulierten Phasen (orale, anale, phallische, Latenz, genitale) hat sich inzwischen, wie **Bohleber** (2000) ausführt, der Ausdruck „**Adoleszenz**“ als Bezeichnung für die Entwicklungsphase eingebürgert, „in der Jugendliche vor der Aufgabe stehen, die physische und sexuelle Reifung psychisch zu verarbeiten und die körperlichen Veränderungen seelisch zu integrieren. Die infantile Sexualität muß in die endgültige sexuelle Organisation überführt werden, die Loslösung von den ödipalen Liebesobjekten vollzogen und eine Objektwahl außerhalb der Familie getroffen werden. Ich-Ideal und Überich müssen reorganisiert werden. Sozial und beruflich ist die eigene Zukunft zu planen und ein Platz in der Gesellschaft zu finden. Es ist die Phase der Entwicklung, in der biologische Veränderungen und psychische Erfahrung am direktesten aufeinander bezogen sind und umfassende Integrationsprozesse stattfinden.“

Kollektive Vorstellungen und Normen, welche den Umgang von Mann und Frau in unserer Kultur mit bestimmen und die Struktur der Paarbeziehung beeinflussen.

Die körperfeindliche Tradition der christlichen Kirche

In unserer jüdisch-christlichen abendländischen Tradition entwickelte sich eine Vorstellung vom Menschen und ein Umgang des Menschen mit sich selbst und anderen, der geprägt ist von einer immer intensiver werdenden Internalisierung gesellschaftlicher Kontrollnormen gegenüber Affekten und deren Ausdruck anderen gegenüber. Ein Charakteristikum und ein Ausdruck dieses Prozesses ist die im Laufe der Geschichte immer mehr fortschreitende Entfremdung des Menschen von seinem Körpererleben, wobei sich diese Sicht der Körperlichkeit in unserer Geschichte erst spät durchsetzen konnte. **Norbert Elias**, (1936) schildert eindringlich, in welchem Ausmaß Körperkontakt im Mittelalter alltäglich stattgefunden hat. Es war selbstverständlich nackt zu schlafen und zwar in Räumen, die von mehreren Menschen benützt wurden. Auch die Tradition der Badhäuser, in denen öffentlich nackt gebadet und gespeist wurde, hörte erst mit der Ausbreitung der Syphilis auf, und erst durch diese Katastro-

phe konnten sich in der breiten Öffentlichkeit die sinnenfeindlichen Vorstellungen der Kirche in den breiten Schichten der Bevölkerung durchsetzen.

Diese Entwicklung hat letztlich dahin geführt, dass das Erleben des eigenen Körpers im gesellschaftlichen Leben, im Alltag, in der Arbeitswelt nahezu nicht stattfinden kann. Auf diese Weise kommt es zu einem enormen Defizit an zwischenmenschlichem körperlichem Erleben eigenen Lebens. Von daher wird die extreme Bedeutung verständlich, welche der Intimbereich und die dort im sexuellen Kontakt stattfindende physische Körpererfahrung des Berührens und Berührtwerdens erhalten hat. **Gernot Böhme** (1985) weist auf den fundamentalen Mangel hin, den der fehlende Bezug zum eigenen Körper darstellt. Leben jedoch ist vor allem das Erleben des eigenen Körpers und das Erleben des Körpers des Anderen oder genauer gesagt, das Erleben des eigenen Körpers, das im Erleben des Körpers des Anderen stattfindet, sowie das Erleben des Körpers des Anderen, das im Erleben des eigenen Körpers stattfindet.

Eine Schwierigkeit, die in Paarkonflikten häufig auftaucht, ist die verbreitete Vorstellung dass der Orgasmus bei uns weitgehend als Ziel und Erfüllung und als Beweis für das Gelingen der Liebe angesehen wird; gleichzeitig gilt er als Ausweis für Potenz, nicht nur bei Männern. Auf diese Weise werden Liebe, Erotik und Sexualität dem Leistungsprinzip untergeordnet. Oft findet die Vernichtung des Begehrens und der Liebe durch einen Orgasmus, statt, der dadurch charakterisiert ist, dass der Andere nicht als der Körper, der er ist, sondern als der Körper, den er hat, wahrgenommen und begehrt wird..

Die Diffamierung des Begehrens

Es gibt in unserer Geschichte eine lange Tradition der Diffamierung des Begehrens (ich spreche jetzt vom männlichen Begehren; dass es ein weibliches Begehren geben sollte, wurde lange Zeit schlicht geleugnet). Möglicherweise setzt sich unter den heranwachsenden Jugendlichen eine andere Sichtweise durch, doch sind die Paare, die zu uns in Therapie kommen überwiegend noch in der beschriebenen Weise sozialisiert. In der Redewendung "Männer wollen nur das Eine" wird männliches Begehren aus einer Potenz zu einem Bedürfnis, wenn nicht gar zu einer Notdurft degradiert. Wird ein Junge auf diese Weise erzogen, erlebt er das Erwachen sexueller Wünsche und Triebe primär als eine Schwäche, deren er sich eher zu schämen hat, als dass er auf seine erwachende Potenz stolz sein könnte. Die damit verbundene Beziehungsvorstellung ist die des schwachen männlichen Wesens, das zur Befriedigung seiner sexuellen Bedürfnisse auf die Frau angewiesen ist, die sein Begehren "stillt". Der Mann ist in der so konzipierten sexuellen Beziehung klein, unmündig, ein Säugling, der gestillt werden muss und auf die fürsorgliche Zuwendung der sexuell gewährenden Mutter-Frau angewiesen ist. Stillt sie ihn jedoch nicht so, dass er zu-Frieden ist, kann er auch böse werden und da er ja nicht wirklich ein Kleinkind ist, nimmt er sich eben, was er zu brauchen meint und was ihm "als Mann zusteht" entweder mit Druck oder mit Gewalt. In dieser Beziehungsvariante zeigt sich die Potenz des Mannes in seiner Fähigkeit, seine Bedürfnisse bei der Frau, wenn nötig auch gegen deren Willen, durchzusetzen. - Es gibt demgegenüber aber auch die bemühten Beziehungen, in denen einer auf den anderen Rücksicht nimmt. Man versucht die Bedürfnisse des anderen zu erraten und ihnen soweit wie möglich gerecht zu werden. Ich denke es ist die bei uns Verbreitetste und angesehenste Konzeption der sexuellen Beziehung.

Diese „Rücksichtsbeziehungen“ haben die Tendenz in Langeweile, Unzufriedenheit und Stagnation zu enden. Ist es auf Dauer für eine Frau unerträglich, dass ihre rücksichtsvolle Liebe darin bestehen soll, ihren Mann sexuell zu stillen, so ist es für den Mann auf Dauer nicht gut auszuhalten, dass seine Rolle die sein soll, die Defizite seiner sich hilflos gebenden Frau zu

kompensieren. Hat man dazu keine Alternative, bleibt nur die Resignation, die als Treue idealisiert wird, oder der erneute Versuch mit wahrscheinlich ähnlichem Ergebnis.

Eine Alternative dazu sehe ich in der Art Beziehung, in welcher der Einzelne nicht auf Befriedigung - welcher Art auch immer - durch den anderen angewiesen ist, sondern aus der Selbstverwaltung seiner Fähigkeiten und Unzulänglichkeiten heraus den anderen begehrt und mit ihm zusammen sein will. Der eine hat keinen Anspruch auf seelische Versorgung durch den anderen, muss aber auch seinerseits einen derartigen Anspruch nicht erfüllen. Es läuft wohl auf eine eher rücksichtslose Liebe hinaus, die jedoch im Ganzen lustvoller sein dürfte. Voraussetzung dafür ist natürlich eine relativ gut ausgebildete Autarkie.

Eine weit verbreitete Vorstellung von einer guten Paarbeziehung ist die von der uneingeschränkten Offenheit der beiden Partner einander gegenüber. „Wenn man sich liebt hat man keine Geheimnisse voreinander!“ Fatal ist jedenfalls, wenn beide Partner versuchen, dieses Prinzip ernst zu nehmen. Sie müssen dann eigentlich ständig das Gefühl haben, dem anderen gegenüber unsolidarisch zu sein; zudem kann es jederzeit von einem Partner als Druckmittel gegen den anderen eingesetzt werden: „Du sagst mir nicht die Wahrheit, bist nicht ganz offen!“ – Hier kann man in den Ursprungsfamilien oft finden, dass der Mensch als Kind keinen Platz hatte, wo er seine „Geheimnisse“ aufbewahren konnte, oder wo Tagebücher oder Briefe für die Eltern nicht tabu waren, oder wo immer die Tür offen sein musste, oder wo die Erwachsenen nicht anklopfen mussten, wenn sie das Zimmer des Kindes betraten. Wo dieses Prinzip gilt, ist es unvermeidlich, dass es zu einem Verdrängungsprozeß kommt, der notwendigerweise zu offenem oder latentem Hass führt.

Das Phantasieverbot

Immer noch und vor allem bei kirchlich gebundenen Menschen kann in Paarbeziehungen das biblische Phantasieverbot eine ganz bedenkliche Rolle spielen. Zur Veranschaulichung möchte ich Ihnen eine Stelle aus dem Neuen Testament ins Gedächtnis rufen, welche die lust- und phantasiefeindliche Tradition unserer durch das Christentum geprägten Kultur verdeutlicht.

In der Bergpredigt wird Jesus folgende aus der spätjüdischen Tradition stammende Lehre in den Mund gelegt: *"JR habt gehört / das zu den Alten gesagt ist / du solt nicht ehebrechen / Ich aber sage euch / Wer ein Weib ansihet jr zu begeren / Der hat schon mit jr die ehe gebrochen in seinem hertzen. ERgert dich aber dein rechts Auge / So reis es aus / vnd wirffs von dir. Es ist dir besser / das eins deiner Gelied verderbe / vnd nicht der gantze Leib in die Helle geworffen werde."* (Übersetzung: Martin Luther 1545) Auch Luthers Randglosse zu dieser Stelle ist aufschlußreich: *"Geistlich ausreissen ist hie geboten / das ist / wenn der Augen lust getödtet wird im hertzen / vnd abgethan."*

Das körperliche Erleben des sexuellen Begehrens wird dabei moralisch gleichgesetzt mit der Umsetzung dieses Begehrens in Handlung. Ein Charakteristikum dieser Haltung ist die massive Kontrolle und Einschränkung der Körperphantasien, und damit der Körperlichkeit, denn schon die falsche sexuelle Phantasie kann zu Schuld und damit zur Verdammnis führen.

Das „Hohelied der Liebe“ aus dem 1. Korintherbrief

Auch die Vorstellung von der Liebe, wie sie Paulus im Korintherbrief beschreibt, macht nicht nur Menschen, die der christlichen Tradition verpflichtet sind, zu schaffen. Paulus schreibt: *„Die Liebe ist langmütig, sie ist gütig; Die Liebe eifert nicht, die Liebe prahlt nicht, sie bläht sich nicht auf, sie tut nichts Unschickliches, sie sucht nicht das Ihre, sie lässt sich nicht erbit-*

tern, sie rechnet das Böse nicht an; sie freut sich nicht über die Ungerechtigkeit, sie freut sich aber mit der Wahrheit; sie erträgt alles, sie glaubt alles, sie hofft alles, sie erduldet alles.“

Wir haben es nicht nur hier mit der christlichen Form der Entmischung von Liebe und Hass zu tun und das ist eine Haltung, die uns nahezu in jedem Paarkonflikt begegnet. – „Liebe und Hass schließen sich gegenseitig aus, ist einer der am meisten verbreiteten Glaubensinhalte in Paargesprächen.

Die ganz natürlichen Konfliktpotentiale von Paaren

Bei vielen Paarkonflikten sind die Kinder ein zentrales Problem und zwar nicht nur in den Ehen, in denen Kinder aus geschiedenen Ehen leben, sondern auch in den Beziehungen, in denen es sich um leibliche Kinder handelt.

Die Konflikte bei leiblichen Kindern in einer bestehenden Ehe

Wenn Eltern, aus welchen Gründen auch immer, nicht in der Lage sind, ihre latenten Konflikte auszutragen, haben Kinder häufig den unbewussten Auftrag, die verdrängten Konflikte der Eltern virulent werden zu lassen. Ich gehe dabei nach den Erfahrungen und Erkenntnissen der Familientherapie davon aus, dass nicht nur das Paar, sondern auch die Familie ein Organismus ist, der mit einem eigenen Unbewussten ausgestattet ist und der auf Verdrängungen mit der Tendenz zur Wiederkehr des Verdrängten reagiert. Die einzelnen Mitglieder einer Familie oder die beiden Partner erleben sich als Einzelindividuen, in Wirklichkeit aber stellen sie in Konfliktsituationen - ähnlich wie wir es auch aus dem Konzept der Gruppenmatrix nach **Foulkes** (1974) kennen - auch Teile des Gesamtkonfliktes dar. Insofern ist es bei Paartherapien ebenso wie in der Familientherapie geraten, danach zu fragen, was der eine unter Umständen für den anderen ausdrückt, der dazu nicht in der Lage ist. – Gerade Kinder sind nicht selten der lebendigste Teil der Familie und sie sind darauf angewiesen, Entwicklungsstörungen ans Licht zu bringen, damit sie gelöst werden können.

Es gibt aber auch noch einen anderen guten Grund, warum Kinder Eltern gegeneinander aufbringen und oft zur Verzweiflung bringen müssen. Kinder müssen von ihren Eltern leben lernen und dazu brauchen sie Bedingungen wie sie im Leben herrschen. Sie müssen erleben, wie Eltern mit Extremsituationen umgehen, was sie machen, wenn sie am liebsten aus der Haut fahren und alles kurz und klein schlagen würden; wie machen sie das, wenn sie Wut aufeinander haben, schlucken sie alles runter, oder fetzen sie sich? Geht dann die Beziehung kaputt? das wäre das eine Katastrophe, aber ohne zu riskieren erfährt man nichts. – Die Beziehung von Eltern kann jedoch auch so brüchig sein, dass Kinder es sich nicht leisten können, die bestehenden Spannungen noch zusätzlich zu belasten; diese Kinder haben es schwer, ein gesundes Durchsetzungsvermögen zu entwickeln.

Ich bin davon überzeugt, dass Kinder einen intermediären Entwicklungsraum brauchen, bei dem die Eltern möglichst unterschiedliche Positionen repräsentieren, zwischen ihnen aber gleichzeitig eine lebendige Beziehung bestehen bleibt. In diesem Rahmen können Kinder die elterlichen Anteile verinnerlichen, die ihrer mitgebrachten Struktur angemessen sind.

Ich habe die Erfahrung gemacht, dass es für Eltern hilfreich ist, wenn ihnen gesagt wird, dass sie keine schlechten Eltern sind, wenn sie ihren Kindern gegenüber und wegen der Kinder auch miteinander in Schwierigkeiten und Streit geraten; schädlich für die Kinder ist nicht, dass gestritten wird, sondern wenn Konflikte nicht ausgetragen werden können.

Konflikte bei Paaren, die Kinder aus geschiedenen Ehen mitbringen

Wenn wir dieses Kapitel ausführlich behandeln wollten, säßen wir morgen noch hier, deswegen möchte ich mich mit wenigen stichpunktartigen Hinweisen begnügen, die bei dieser Konstellation eine Rolle spielen und bei Paarkonflikten berücksichtigt werden sollten:

Wir kennen die Klagen der Kinder aus Ehen, die keine mehr waren, die um der Kinder willen aber aufrechterhalten wurden: „hättet ihr euch doch endlich getrennt, euere permanente Feindseligkeit war ja nicht auszuhalten!“ Die Entscheidung, sich zu trennen und eine neue Beziehung anzufangen, ist aus der Sicht der Kinder in der Regel jedoch genau so problematisch. Das schlechte Gewissen der Mutter beispielsweise – bei der ja in der Regel die Kinder sind – ist ein gefundenes Fressen für den Schmerz und die Rachebedürfnisse der Kinder, ihr und dem neuen Partner gegenüber und zwar für den Verlust der elterlichen Beziehung, für die Sehnsucht nach der ganzen Familie, für die Rache an den egoistischen Eltern und dem unverschämten Eindringling, der das ganze Unglück verursacht hat, bei gleichzeitiger Abhängigkeit und Anklammerung. – Es ist eine Konstellation, in welcher der neue Partner fast unausweichlich in die Rolle des „Kinderfressers“ gerät. Seine Kritik an den Ansprüchen und Provokationen der Kinder, die ja auch die Mutter nerven, mobilisieren das Misstrauen des leiblichen Elternteiles gegen den neuen Partner, der das Kind „eigentlich ja nur weg haben will“, was zum Teil die Projektion der eigenen ambivalenten Gefühle ist, die aber unter den gegebenen Umständen nicht bewusstseinsfähig sind, weil man den eigenen Kindern gegenüber, „denen man den Vater (oder die Mutter) genommen hat“ ja nicht auch noch Ärger spüren darf. – Das wiederum verschafft den Kindern einen unangemessenen und gefährlichen Machtzuwachs, der ihre eigene Entwicklung erschwert. Schulversagen, Schlafstörungen, Essenprobleme haben nicht selten eine gewichtige Ursache in der Möglichkeit, Eltern über die Mobilisierung von deren Schuldgefühlen zu manipulieren. – Zur Beruhigung kann nur beitragen, wenn die Kinder merken, dass sie durch die Trennung nicht einen Teil des Elternpaares verlieren und wenn sie merken, dass sie ihre Eltern und deren Partner nicht endgültig gegeneinander ausspielen können. In diesem Zusammenhang ist es von großer Bedeutung, dem Paar Mut zu machen und zu helfen, ihre heftigen Ambivalenzen wahrzunehmen und sie sich zu erlauben, was nur geht, wenn es ihnen gelingt, Liebe und Hass als zwei Seiten der gleichen Medaille zu sehen.

Die ungelösten ödipalen Bindungen an die eigenen Eltern

Das Spannungsfeld eines Paares ist immer auch bestimmt von der Verschränkung des ödipalen Bindungs-Loslösungsgeschehens beider Partner von deren Eltern, bei dem der eine geradezu unausweichlich in die Rolle des jeweils problematischen Elternteiles des Partners geraten wird. Diese Prozesse sind oft ungemein intensiv und können, wenn sie nicht richtig gedeutet werden, zur unnötigen Beschädigung oder Zerstörung der Beziehung führen. – Um konstruktiv damit umzugehen, ist es hilfreich, den ödipalen Konflikt wie **Loewald** (1986) das darstellt, als einen unvermeidlichen lebenslangen Prozess der Individualisierung zu begreifen und sich klar zu machen, dass es in intensiven, „guten“ Beziehungen keine Weiterentwicklung beider Partner gibt ohne den zwischenzeitlichen „Gebrauch“ des anderen als Objekt projektiver Identifikation.

Den Versuch, den Partner zu parentifizieren kann man ganz gut an der beliebt – gefürchteten Frage aufzeigen: „Sag mir, wie sehr liebst du mich?“ Sie wird in der Regel dann gestellt, wenn man davon ausgehen kann, dass der Partner im Moment überhaupt keine Liebesgefühle parat hat. Die Frage selbst stellt ein Beziehungsgefälle her, in dem sich der Fragesteller einseitig von der Zuwendung des Befragten abhängig macht und Liebe als ein gemeinsames Geschehen, als intermediärer Raum zwischen den Partnern, gar nicht gedacht wird. Die Struktur dieses Beziehungsmusters ist die gleiche, wie die der Abhängigkeit des Kindes von den

Eltern. – Die andere Frage: „Liebst du mich noch?“, hat es auch in sich. Hier zeigt sich der Fragesteller als bedürftig abhängig, dem der mächtige, unabhängigere Partner die lebenswichtige Liebeszuwendung nicht vorenthalten darf, wenn er nicht als jemand gelten will, der sich „unterlassener Hilfeleistung“ schuldig macht.

Unterschiedliche Herkunft und unterschiedliches geistiges und emotionales Potential

Paare versuchen oft, die Schwierigkeiten, die aus ihrer unterschiedlichen gesellschaftlichen Herkunft herrühren, herunter zu spielen. Um diese möglicherweise verleugneten Schwierigkeiten, die sich gravierend auswirken können, nicht zu übersehen, sollte man bei der Anamnese des Konfliktes auf diesen Gesichtspunkt achten.

Eine Konstellation, mit der nach meiner Erfahrung schwer umzugehen ist, ist das, was ich das „ungleiche Gewicht“ von Partnern nenne. Es geht dabei um die unterschiedliche geistige oder emotionale „Potenz“ zweier Menschen. Ist ein Partner dem anderen in elementar wichtigen Bereichen deutlich unterlegen, kommt es unvermeidlich zu einem Kampf, der auf Dauer für beide verloren gehen muss. Dabei geht es nicht, wie bei dem vorigen Thema, um die unterschiedliche gesellschaftliche oder bildungsmäßige Herkunft und die damit verbundenen Minderwertigkeits- oder Überlegenheitsgefühle, sondern um das geistige oder das emotionale Potential eines Menschen. Der „untergewichtige“ Partner, muss versuchen, das Beziehungsgefälle durch Bedeutung und Macht in anderen Bereichen auszugleichen, der „gewichtigere“ muss permanent dem Partner gegenüber sein Licht unter den Scheffel stellen, um die Beziehung, auch für sich selbst, emotional nicht entgleisen zu lassen. Eine überzeugende und erschütternde Darstellung dieses Konfliktes stellt der Film „Die Brücken am Fluss“ dar. - In einem Fall, der mich sehr bewegt, ergab sich für mich die paradoxe Formel: „Sie ist ihm unterlegen, also ist er ihr ausgeliefert.“

Die Zweite Latenzphase

Ich bin der Überzeugung, dass sich ungelöste ödipale Bindungen notwendigerweise in einer Partnerschaft reinszenieren. - Diese Konflikte stehen aber normalerweise nicht am Beginn einer Partnerschaft, sondern entwickeln sich erst im Laufe der Jahre und werden oft lange verleugnet. Wenden wir uns nun der Entwicklungsphase zu, die ich die *zweite Latenzphase* nennen will.

Es ist so schwer, über Glück zu sprechen, vor allem dann, wenn von dem ursprünglichen Glück der ersten Zeit der Verliebtheit und Begeisterung nichts mehr zu spüren ist. Was macht denn das Glück der Liebe aus? Da ich kein Dichter bin, kann ich es nur ganz prosaisch versuchen, und ich versuche es mit den Vorstellungen der Psychoanalyse. Freud sagt, „das Ich ist ein körperliches“. Ich möchte sagen, das Glück ist eine sinnliche Erfahrung. Das Glück der ersten leidenschaftlichen Liebe ist die sinnlich – körperliche Erfahrung, dass sich all die Hoffnungen, die man schon begraben geglaubt hatte, jetzt, in diesem Moment doch noch erfüllen und solche „die man sich gar nicht hätte träumen lassen“ noch dazu. An dieser Glückserfahrung sind all die frühen und frühesten elementaren Bedürfnisse beteiligt; die Erfahrung, in Gegenwart des anderen ganz bei sich selbst sein zu können, die Erfahrung, mit all seinen Möglichkeiten und Fähigkeiten wahrgenommen zu werden; die Sicherheit, nicht mehr verlassen zu sein oder verloren zu gehen, sondern in der Aufmerksamkeit des anderen geborgen zu sein. Endlich hat man die Gewissheit, zu wissen, wer man wirklich ist. Hinzu kommt die Erfahrung, mit der ganzen Welt und Natur verbunden zu sein, und das Ganze wird als so real und wirklich erlebt, wie bisher sich noch nichts als wirklich erlebt worden ist. Dies alles reicht aus, um das Leben, das sich vor einem auftut, mit Schwung und guter Erwartung

anzugehen. Und diesen Schwung braucht man auch, um mit all dem klar zu kommen, was die nächsten Jahre bringen: Kinder, Beruf, Karriere; man hatte sich das ja schon anders und leichter vorgestellt, aber diese Erfahrung von Glück in der Beziehung ist eine Grundlage, die weit trägt und viel aushalten lässt.

Wenn die frühen Defizite oder Verwöhnungen nicht zu gravierend waren, ist diese Zeit der Familiengründung und des Existenzaufbaues auch eine Zeit, in der man die Ent-Täuschung aushalten und akzeptieren lernt, darüber, dass der andere einen nicht immer richtig versteht, dass er nicht immer da ist, wenn man ihn bräuchte, dass bei ihr die Kinder natürlich den ersten Platz einnehmen, und er nicht mehr so viel Zuwendung bekommt; dann ist das auch eine Zeit, in der die Anteile kindlicher Bedürfnisse an die Liebe des Partners, langsam einer mehr erwachsenen, autarken, vom Partner unabhängigeren Haltung weichen. Diese Veränderungen sind immer kleinere und größere Abschiede, die schmerzen, die der Trauerarbeit bedürfen. Joachim Küchenhoff sagt: „Trennungsprozesse müssen vom Anderen nicht nur zugelassen, sondern auch ausgehalten werden, und das ist nicht leicht, da sie als aggressiv erlebt werden.“ Wenn der Andere die Trennungsaggressivität nicht erträgt, kann sie beim Kind Schuldgefühle erzeugen und den Trennungswunsch ersticken. ... Trennung gelingt, wenn die aggressiven Attacken des Kindes vom Objekt überlebt werden können. Der Andere ist Objekt des Angriffs und zugleich die Bezugsperson, die den Angriff einordnen kann, nicht übel nimmt, nicht mit Rache oder Beziehungsabbruch ahndet. Nur so können Übergangsräume entstehen; wenn das Risiko der Trennung zu hoch ist, entsteht kein Erfahrungsraum.

Die Krise der Lebensmitte

Nicht umsonst kommt ein großer Teil der Ehen dann in die Krise, wenn die Kinder ihre Eltern nicht mehr ständig brauchen. Es ist die Zeit der Bilanz für die Paarbeziehung, in der man gewahr wird, dass die Lebenszeit begrenzt ist, in der sich die noch unerfüllten elementaren Lebensbedürfnisse nicht mehr mit Verweis auf die Kinder oder auf die Karriere vertrösten lassen, sondern massiv ihr Recht und ihre Verwirklichung verlangen, es ist die Zeit der Depression. - In meiner Sichtweise hat die Depression neben anderen Bedeutungen, beispielsweise der, die Destruktivität gegen sich selbst zu richten, auch die Funktion einer hohen ethischen Instanz. Es ist die Fähigkeit, Sinnlosigkeit zu erleben und keine Ausflüchte mehr zuzulassen. Ich meine, die Fähigkeit zur Depression ist unter anderem auch die Fähigkeit, sich unerbittlich die Frage nach dem Sinn und der Würde des eigenen Lebens zu stellen und ob es sich noch lohnt, dieses Leben, so weiter zu führen wie bisher. Wir können uns eine derartige Depression nicht aussuchen. Ich rechne - **Pfannschmidt** (1987) - diese Fähigkeit einer Instanz unseres Unbewussten zu, die ich als den „Wächter unserer Würde“ bezeichnen möchte.

Was war im Schaufenster?

Jürg Willi (1975) hat in seinem Kollusionskonzept eindrucksvoll dargestellt, wie Paare sich finden und worin die Faszination der Verliebtheit bestehen kann. Wir lieben im Anderen häufig das, was uns selbst fehlt und hoffen instinktiv durch den Anderen unsere Defizite ausgleichen zu können. Wenn die Entwicklungsdefizite in den vorangegangenen Phasen aber so gravierend waren, dass sie nicht bearbeitet werden konnten, konnte das Glück der ersten Liebe nicht dazu verwendet werden, sich weiter zu verselbständigen. Bei diesen Paaren ist es in der Regel so, dass sie das ursprüngliche Glück als Versprechen des Partners erlebt und genommen haben, er würde der immer währende Schutz davor sein, die Verantwortung und Verarbeitung der eigenen Defizite selbst zu übernehmen. Bestand die ursprüngliche unbewusste Illusion darin, dass der Partner endlich der gute, erfüllende Elternteil wurde, so wird er jetzt zu den versagenden, verweigernden, traumatisierenden Eltern. Der Entwicklungsfort-

schritt besteht allenfalls darin, dass der Hass, der gegenüber den Eltern nicht wahrgenommen werden konnte, da er die lebenswichtige Basis für die kindliche Existenz vernichtet hätte, jetzt dem Partner gegenüber erlebbar wird. Dabei wird aber in der Regel die ganze infantile Angst vor Vernichtung wieder belebt. Allerdings bekommt der Partner jetzt die Funktion, die Eltern-imagines vor dem destruktiven Hass schützen, der ursprünglich eben diesen Eltern gegolten hätte, denn nicht sie sind im Erleben des Einzelnen diejenigen, die einen enttäuscht haben, sondern der Partner, der einen nicht mehr glücklich macht (und das kann nur reine Bosheit sein, denn er hat es doch schon einmal gekonnt und gemacht und verweigert es jetzt). – Diese unbewusste Abwehr bewusst zu machen und dadurch die Paarbeziehung zu entlasten, ist ein zentrales Anliegen der Paartherapie.

Natürlich gibt es auch Situationen, in denen eine Beziehung zu Ende geht, weil beide Partner sich für ihre Entwicklung das gegeben haben, was sie sich geben konnten, und weil damit die elementaren Anliegen aneinander, welche das Verbindende dieser Beziehung waren, ihren Sinn erfüllt haben. Hier ist es wichtig, bei einer guten, einvernehmlichen Trennung zu helfen.

Die Paartherapie

Die Übertragung

Jürg Willi 1978 weist mit recht darauf hin, dass in der Paartherapie eine entscheidende Übertragungsbeziehung die zwischen den beiden Partnern ist. Natürlich finden auch zwischen dem einzelnen Partner und dem Therapeuten Übertragungen statt, die aber normalerweise nicht im Fokus der Therapie stehen es sei denn, sie dominieren in einer bestimmten Situation das Geschehen. Ich sehe die entscheidende Übertragungsbeziehung zwischen der *Paareinheit* und dem Therapeuten. Ein Paar hat, ebenso wie eine Familie oder eine etablierte Gruppe ein eigenes Unbewusstes und dieses Unbewusste ist mit dem Unbewussten des Therapeuten in Kontakt. Die sich unerträglich anfühlende Angst, die sich häufig schon nach den ersten Äußerungen eines Hilfe suchenden Paares auf den Therapeuten überträgt, wendet sich im Unbewussten des Therapeuten in erster Linie an dessen elterliche Paar-Imago, wo es mit Hilfe der projektiven Identifikation die unbewusste Übertragungs-Angst des Therapeuten mobilisieren kann.

Eine Übertragungsfalle

Was uns bei zerstrittenen Paaren am meisten berührt, ist deren verzweifelter Hass. Nach meiner Einschätzung ist er in der Regel der spiegelbildliche Ausdruck der intensiven Liebesbeziehung des Paares. In erster Linie ist er Ausdruck von enttäuschten Hoffnungen, Erwartungen und unausgesprochenen gegenseitigen Versprechungen der Partner. Diese Erwartungen aneinander wurzeln letztlich sowohl in den infantilen Defiziten wie in den frühen Verwöhnungen (die letztlich auch Entwicklungsdefizite sind) des einzelnen Individuums und dann in der beschriebenen Illusion des in der Verliebtheit erlebten Glücksversprechens. – Paare, die im Hass verbunden sind, leben in einer ungemein intensiven Beziehung. Für mich als Therapeuten ist es da wichtig, nicht der unbewussten Abwehr auf den Leim zu gehen, die darin bestehen kann, diese unerträglich erscheinende Bindung so schnell wie möglich zu beenden, das heißt, nichts mehr mit ihr zu tun haben zu wollen. Hier besteht die unbewusste Gegenübertragung darin, dass ich als Therapeut die Konfliktspannung des Paares, das heißt unter Umständen die Bedrohung meiner eigenen elterlichen Paarimago nicht aushalten kann. - Eine Gefahr ist auch, dass wir versuchen, die Spannung so schnell wie möglich abzubauen, das ist aber genau das, was das Paar auch schon vergeblich versucht hat und wobei es gescheitert ist. Wir kämen ganz schnell in ein Kreuzfeuer von Vorschlägen, wie der Konflikt zu

lösen wäre; dabei sollen wir dann Schiedsrichter sein. An dieser Stelle ist es wichtig, aus der Übertragungsabwehr dergestalt auszusteigen, dass wir uns von der Not des Paares nicht dazu verführen lassen, eine Lösung zu suchen oder gar anzubieten. - Gehen Sie am besten davon aus, dass alles was an Interaktion zwischen dem Paar läuft, und sei es noch so kränkend und destruktiv, sinnvoll und notwendig ist. Solange Sie mit einem der beiden Partner überzeugt sind, dass der andere dies oder jenes doch lassen könnte, weil es nur stört, und absolut kontraproduktiv ist, haben Sie als Therapeut den Sinn dieses Symptoms für die Paarbeziehung noch nicht erkannt. - Die Vorstellung, dass die Lösung des Problems im Bereich der Wunschvorstellungen der beiden Partner zu finden sein könnte, ist der unbewusste Abwehranteil der Gegenübertragung. Gerade in der Konfliktspannung des Paares jedoch liegt nicht selten dessen Entwicklungspotential. - Ich finde es immer wieder schwer, mich darauf einzustellen, dass ich keine Lösung weiß oder parat habe. Es geht aber in dieser ersten Phase der Gespräche überhaupt nicht um eine Lösung, sondern darum, der Not, der Verzweiflung und der Ausweglosigkeit des Paares einen Platz einzuräumen.

Die Allparteilichkeit

Das versuche ich durch eine bestimmte Gesprächstechnik zu erreichen, die ich mit dem Paar vereinbare. Ich vermittele dem Paar, dass ich das Anliegen jedes Einzelnen verstehen möchte und dass ich dazu mit jedem einzeln in Ruhe aber in Gegenwart des anderen reden möchte. Ich sage ihnen auch, dass der andere in dieser Stunde auch noch zu Wort kommen wird, nur wenn der Zuhörer es nicht mehr aushält, möge er das sagen, dann würde ich das Gespräch mit dem Partner unterbrechen. Ich wende mich dann dem Partner zu, von dem ich den Eindruck habe, dass er am meisten unter Druck steht. Ich lasse mir von ihm seine Not schildern und wiederhole das, was ich verstanden habe, mit meinen Worten. Mein vorläufiges Ziel ist, dass der Gesprächspartner sich in seinem Anliegen von mir verstanden fühlt. Dabei scheue ich mich nicht davor, die Anliegen, die ich verstanden habe unter Umständen so zuzuspitzen, wie sie von meinem Gegenüber selbst noch gar nicht formuliert worden sind. In dieser Phase des Gespräches gerät der zuhörende Partner ganz erheblich unter Druck, da er das Gefühl haben muss, dass er von mir im Stich gelassen wird, was in diesem Moment ja auch tatsächlich der Fall ist. Nun ist es notwendig, und zwar in der gleichen Stunde, für den anderen Partner noch genügend Zeit zu haben, damit der nun seinerseits das Gefühl bekommt, von mir verstanden zu werden und angenommen zu sein. Je nach Schwere des Konfliktes kann es nötig sein, diese Prozedur über eine ganze Reihe von Stunden weiter zu führen.

Was dabei geschieht, ist, wenn es gelingt, die Etablierung eines neuen Erlebnisraumes. Dieser Raum ist dadurch charakterisiert, dass sich beide Partner im gleichen Raum wahrgenommen erleben, ohne dass ihr Konflikt deswegen schon gelöst wäre. Sie lernen dabei eine nach meiner Überzeugung wichtige Voraussetzung für ein befriedigendes Zusammenleben kennen, dass es nämlich Bedürfnisse, Vorstellungen und Haltungen gibt, die sich nicht auf einen Nenner bringen lassen, die sich unter Umständen gegenseitig ausschließen und die trotzdem nebeneinander bestehen können, ohne dass man sich deswegen zerfleischen muss. Ein weiteres Ergebnis dieses Verfahrens ist die Tatsache, dass beide Partner ansatzweise Zugang zu eigenen Bedürfnissen und Möglichkeiten bekommen, die ihnen bis dahin auf Grund ihrer frühen Defizite verschlossen waren, und dass sie durch das Gespräch des Therapeuten erleben, wie man selber den Partner unter Umständen besser verstehen und annehmen kann.

Die Trauerarbeit

Wenn der Therapieprozess so weit fortgeschritten ist, dass das Paar etwas Zutrauen in die Stabilität der Therapiesituation gefunden hat, wenn also der erste Druck, unbedingt sofort eine

Lösung zu finden, gewichen ist, lasse ich mir von der ersten Zeit der Beziehung erzählen, wie sie sich kennen gelernt haben und was sie aneinander fasziniert hat. Manchmal beginnt bei diesen Erzählungen, bei denen die alte Verliebtheit wieder spürbar wird, die Trauerarbeit; manchmal kann das Paar ansatzweise erkennen, was an eigener Entwicklung man dem Partner verdankt.

Die Bedeutung des Todestriebkonzeptes für die Paartherapie

Ich halte das Todestriebkonzept für die Paartherapie aus dem Grund für unverzichtbar, weil es die menschliche Destruktivität, die Lust an Zerstörung und Mord nicht darauf zurückführt, dass es die verständliche - und damit verzeihliche - Reaktion auf eine Verletzung sei, sondern weil sie die „Destrudo“ genauso wie die Libido - , die Mordlust genauso wie die Liebe, als einen in jedem Menschen vorhandenen Triebanteil postuliert.

In der Sexualität haben wir es mit der brisantesten Mischung aus beiden Trieben zu tun. Sowohl Liebe wie Hass, Begehren, wie das Bedürfnis zu verletzen und zu zerstören, sind älter als die jeweilige Beziehung. Wenn Partner sich lieben, lieben sie nicht nur den Partner, sondern in ihm Älteres. Sind wir fasziniert, wer kann wissen, wie tief die Wurzeln dieser Faszination reichen?

Wenn zwei Menschen einander im Raum von Erotik und Sexualität begegnen, bekommen sie es aus den Tiefen ihres Unbewussten mit Triebgrößen zu tun, die **Freud** (1932) „mythische(n) Wesen“ nennt, „großartig in ihrer Unbestimmtheit“ (GW XV S:101 f), denen man meines Erachtens eher gerecht wird, wenn man für ihre Beschreibung mythologische Bilder verwendet. **Michael Lukas Moeller** (1992) beispielsweise verweist in seinem Buch über den Krieg darauf, dass wir gut daran tun würden, uns darüber klar zu sein, dass Aphrodite, die Göttin der Liebe, der Fruchtbarkeit und der Leidenschaft eine Liebesbeziehung unterhält zu Ares, dem Gott des Krieges, des Mordens und der Zerstörung. Mit welchen Abgründen uns Erotik und Sexualität in Berührung bringen, kann ich in diesem Vortrag nicht ausführen, das wäre ein Zug durch die gesamte Kulturgeschichte der Menschheit, angefangen beim Gilgamesch - Epos, über den Kybele- und den Dionysoskult bis hin zu Richard Wagners Tristan und Novellen wie Thomas Mann's „Tod in Venedig“, oder das Werk von George Bataille. Jedenfalls tun wir gut daran, uns nicht einzubilden, dieses Triebgeschehen „in den Griff“ bekommen zu können. Wenn wir dazu beitragen können, Katastrophen in Beziehungen zu vermeiden und das uns mögliche Glück in der erotischen Berührung nicht zu zerstören, ist schon viel getan.

In der erotisch- sexuellen Hingabe, im Orgasmus, in der sexuellen Ekstase kommt es nicht selten zur passageren Auflösung der Ichgrenzen, ein Erleben, welches ebenso beglückend wie beängstigend sein kann. Nicht selten schützt Aggression in der Beziehung vor diesem ersehnt-gefürchteten Geschehen. Für den Therapeuten ist es wichtig, bei verzweifelten Streitereien, die sich nicht lösen, auch nicht beenden lassen, daran zu denken, dass die (allerdings unbewusste) Furcht vor dem Ichverlust eine Ursache sein kann.

Vielleicht kann man auch die Institution der Josefsehe, in der versucht wurde, eine liebevolle Beziehung ohne Sexualität zu leben, als einen Versuch verstehen, der Bedrohung des Ich durch die alle Ordnung bedrohende Sexualität zu entgehen. Vielleicht wird diese Form der Beziehung ja weit öfter praktiziert, als wir uns das vorstellen.

Psychotische oder psychotisch gefährdete Menschen, die eine brüchige Ich-Struktur haben, meiden wohl aus diesem Grund oft die Sexualität oder suchen bestimmte kontrollierbare Formen, wie die beispielsweise die Masturbation, um sich lebendig fühlen zu können, aber

nicht durch unkontrollierbare erotisch-sexuelle Beziehungserfahrungen existentiell bedroht zu werden.

Der aggressionsfreie Mensch als Ideal

Unsere christliche Tradition darf in Nachfolge des „gerechten Gottes“ des Alten Testaments Zerstörung und Vernichtung, bis hin zur ewigen Verdammnis in der Hölle, nur als gerechte Strafe für Sünde und Schuld der Menschen akzeptieren und zum Teil auch selbst exekutieren. Aber dass die Hexen und Ketzer auf den Scheiterhaufen brannten und Verdächtige auch in den kirchlichen Verliesen gefoltert wurden, durfte natürlich nie mit der Mordlust ihrer Peiniger in Zusammenhang gebracht werden. Das heißt für uns, die wir in dieser Tradition aufgewachsen sind und weiterhin in ihr leben, dass wir in dem Moment, wo wir Wut, Empörung, Hass spüren, sofort einen Schuldigen mitpräsentieren müssen, der unseren Affekt und das aus diesem Affekt folgende Handeln oder Verweigern rechtfertigt. Lustvoll destruktive Phantasien machen in der Regel große Angst. Ich möchte an dieser Stelle auf das aufregende Buch „Die Leidenschaft des Jägers,“ von **Paul Parin** (2003) verweisen, wo er anhand seiner eigenen Jagdleidenschaft die tief verwurzelte Mord-Lust in uns Menschen darstellt.

Eine weitere wichtige Rechtfertigung für destruktives Handeln ist die Notwehr. Wir können davon ausgehen, dass die Paare, die sich gegenseitig nach allen Regeln der Kunst das Leben zur Hölle machen, sich jeweils selbst in der Not des lebensbedrohlich ausgelieferten Kindes erleben, das nur um sich schlägt, den anderen gezielt trifft, oder am ausgestreckten Arm verhungern lässt, weil es sich tatsächlich in Lebensgefahr erlebt. Sie können sich vielleicht vorstellen, in welchen Affektwirbel man als Therapeut gerät, wenn man in der gerade beschriebenen Gesprächstechnik einerseits Verständnis für die Lage dessen zeigt, der sich in totaler Bedrängnis fühlt und sich „wehrt“, und dann den anderen versteht, der sich durch die „Notwehrreaktion“ seines Partners platt gemacht erlebt. Mir ist es dabei immer ein Anliegen, deutlich zu machen, dass die Affekte jeweils völlig verständlich, natürlich und auch notwendig sind, dass sie aber zum Teil auf das falsche Objekt gerichtet sind; der Partner wird in der Auseinandersetzung zum Vertreter der geliebt - gehassten Elternimages. Dabei bekommt man es dann natürlich mit der oben erwähnten Solidarität mit diesen Elternimages zu tun, die keinesfalls beschuldigt, schon gar nicht gehasst werden dürfen, denn wenn man die hasst, erscheint das als Beweis dafür, dass man sie nicht liebt und nie geliebt hat. -Unter einem anderen Aspekt handelt es sich um die Leugnung und Projektion der „Gegenbesetzung“ (**Laplanche/Pontalis**, 1973)

Die „Gegenbesetzung“

Um mit dem potentiellen Hass in der Beziehung zum Partner umgehen zu können, ist es hilfreich, sich eine Vorstellung von dem zu machen, was Freud die (natürlich unbewusste) „Gegenbesetzung“ nennt. Nur wenn ich mir den Gedanken erlauben kann, dass die Kehrseite meiner Fürsorge unvermeidlich die Gleichgültigkeit, die meiner Liebe und Zuneigung Ablehnung und der Wunsch nach Distanz ist und dass diese Impulse ständig wirken, kann ich beginnen, den Partner zu tolerieren, wenn er mir nicht immer gerecht wird, so wie ich es mir wünsche und wenn er mich immer wieder auch verletzt; und ich kann lernen mit meinem eigenen Hass auf ihn umzugehen, ohne dadurch gleich die ganze Beziehung in Frage zu stellen. Es ist klar, dass wir dabei auf einen der stabilsten Vorurteile stoßen, den wir alle mit der Muttermilch eingesogen haben, dass man nicht gut und böse gleichzeitig sein kann.

Die Integration der destruktiven Potenz

Wenn eine Partnerin in der Stunde plötzlich herzlich zu lachen anfängt, weil sie sich klar wird, wie wirksam ihre „hilflosen“ Reaktionen ihren Mann außer Gefecht setzen, und ihr Mann realisieren kann, dass sein Appell an ihr schlechtes Gewissen ins Leere geht, kann vielleicht beiden deutlich werden, dass ihr „Spiel“ nicht mehr in die Zeit passt. Dann geht es allerdings darum, die alten Hoffnungen und Ansprüche an rückhaltloses und bedingungsloses Geliebt-werden aufzugeben. Eine Voraussetzung dafür ist die Rehabilitation der jeweils eigenen destruktiven Potenz. Für den Therapeuten bedeutet das, dem Paar klar zu machen, dass sie dem Partner gegenüber gar nicht so hilflos sind, wie sie glauben, sich ihm gegenüber fühlen zu müssen, sondern, dass sie positive destruktive Macht haben und dass sie die auch schon wirksam eingesetzt haben. Sie können sich vorstellen, dass es für die Betroffenen nicht leicht ist, sich selbst als so „böse“ zu akzeptieren; wenn es allerdings gelingt, wirkt es sehr befreiend.

Selbstlosigkeit und Verzicht sind Gift für eine lebendige Paarbeziehung. Die Logik der Liebe ist anders: ich verschaffe meinem Partner dann am meisten Lust, wenn ich meine eigene Lust verfolge. Das biblische, alttestamentliche Liebesgebot wurde in der christlichen Tradition in sein Gegenteil verkehrt. Es heißt nicht: „Liebe deinen Nächsten mehr als dich selbst,“ wie es meist interpretiert wird, sondern „Liebe deinen Nächsten wie dich selbst.“ Damit wird die Selbstliebe in sinnvoller Weise zum Maßstab für die Nächstenliebe.

Zur Treue verdammt?

Es gibt Tribschicksale, die es dem Einzelnen nicht erlauben, sich vom Partner zu trennen, obwohl diese Treue dazu führt, eine Beziehung aufrecht zu erhalten, die das Miteinander zum Gefängnis macht, aus dem lebenswertes Leben mit der Zeit entweicht. **André Green** (1983) hat in seinem Aufsatz „Die tote Mutter“ verständlich gemacht, dass es frühe Bindungen gibt, die es unmöglich erscheinen lassen, jemanden, der kein Eigenleben hat, wie die frühe, in Depression versunkene Mutter, zu verlassen. Das Gefühl, welches bestimmend wird, wenn dieser Mensch versucht, sich vom Partner, der in der Übertragung die tote Mutter repräsentiert, zu trennen, ist so vernichtend, dass es die eigene Existenz in Frage stellen würde. Es hat im Erleben die Qualität von Mord an der eigenen Mutter. Die tragische Dimension, die eine derartige Bindung hat, ist die der Orestie von Aischylos, in der die Erynnyen, die Rächerinnen des Muttermordes, Orest durch die ganze Welt jagen und ihm keine Ruhe lassen. - Bei **Aischylos** müssen die Götter eingreifen, um ihn zu entsühnen. - Die Romane von **Ivan Klíma**, „Liebe und Müll“ und „Eine Sommerliebe“ schildern in der Welt von heute überzeugend und beklemmend die Unfähigkeit zu Trennung und Neuanfang. Für mich ist klar, dass solch tief verwurzelte Bindungsstörungen in einer Paartherapie normalerweise nicht zu lösen sind, sondern einer Einzelanalyse bedürfen.

Doch spielen auch in den Auseinandersetzungen von „ganz normalen“ Paaren die Themen „Treue“ und „Betrug“ eine zentrale Rolle. - Ich glaube, dass das Treueversprechen, welches bei der Heirat gegeben wird, häufig eine unheilvolle Wirkung entfaltet. Ich meine es ist eine gesunde Haltung, sich des anderen nie sicher zu sein, denn es schärft die Achtsamkeit dem Partner gegenüber, ohne die eine Beziehung nicht leben kann. Das offizielle, im Angesicht der Öffentlichkeit abgegebene Treueversprechen kann zu der Illusion führen, dass man nun nicht mehr aufpassen muss, denn der andere gehört einem ja jetzt und man kann sich bei der Untreue des Partners des Mitgefühls und der Unterstützung durch die öffentliche Meinung sicher sein. Im Grunde geht es um die Gefahr der Regression, dass man vergisst, dass eine Paarbeziehung pflegebedürftig ist und nicht wie die der Eltern zu den Kindern als solche gar nicht in Frage gestellt werden kann.

Nicht selten ist ein „Seitensprung“ auch für einen der beiden Partner die einzige Möglichkeit, auf einen Zustand der Beziehung aufmerksam zu machen, der für den „Betrüger“ nicht mehr auszuhalten ist, der für den anderen jedoch noch gar kein Problem darstellt.

Die Verachtung

Ich möchte noch auf ein Thema zu sprechen kommen, das als heikel betrachtet wird; es ist das der Verachtung. Allgemein wird Verachtung als ein Affekt angesehen, der Beziehung zerstört. Ich bin jedoch der Überzeugung, dass eine intensive, lebendige und entwicklungsfähige Beziehung ohne einen bestimmten Aspekt der Verachtung nicht auskommt. - Gehen wir davon aus, dass jeder von uns, und sei er noch so erwachsen, Eigenschaften und Verhaltensweisen an sich hat, für die er sich eigentlich schämen müsste. Gerade diese Eigenheiten sind einem selbst jedoch in der Regel nicht bewusst. Wenn ich nun einen Partner habe, der mich liebt und dem daran gelegen ist, mich zu achten und zu respektieren, wird ihn diese Seite von mir möglicherweise stören und abstoßen; er wird diese Charaktereigenschaft von mir unter Umständen verachten, abgesehen davon, dass sie ihn auch verletzen kann. Wenn mein Partner nun aus der Überlegung, dass Verachtung die Beziehung zerstört, mich nicht konfrontiert, die zu recht vorhandene Verachtung für sich behält, wird diese Tatsache eine permanente Störung sein und ein distanzierendes Eigenleben entwickeln. Ich meine, dass eine gute Partnerschaft ebenso wie eine enge Freundschaft nicht ohne Konfrontation und unter Umständen schmerzhaft Kritik auskommt; dabei ist die zerstörerische Verachtung gegenüber verachtenswerten Haltungen und Eigenschaften unverzichtbar.

Die Anerkennung des Anderen

Ziel und Aufgabe der zweiten Latenzperiode ist es, mehr und mehr Abhängigkeiten durch Selbststeuerung abzulösen, um den anderen nicht mehr zu **brauchen**, sondern ihn begehren zu können. Zur Ethik dieser Haltung, die für mich der Inhalt dieser Phase ist, möchte ich auf die Ausführungen von **Joachim Küchenhoff** (1999) aus seinem Aufsatz „Verlorenes Objekt, Trennung und Anerkennung“ aufmerksam machen.

Freud (1920) sieht die Sehnsucht danach, den verlorenen Urzustand wieder herzustellen als den entscheidenden Antrieb der Erotik an. Er bezieht sich dazu in „Jenseits des Lustprinzips“ auf den Mythos von den zerteilten Urmenschen in Platons „Symposion“, deren regressives Streben von da an die Rückkehr zur verlorenen Einheit ist.

Küchenhoff stellt dem in seinem Aufsatz den Mythos von Abraham aus dem Alten Testament entgegen. Ist die Trennungserfahrung in Platons Mythos Ausdruck für die illusionäre, regressive Sehnsucht nach dem verlorenen Paradies, so ist die Trennungserfahrung im Abraham - Mythos Ursache und Antrieb für die in die Zukunft gerichtete Suche nach dem „gelobten Land“. Diese doppelte Möglichkeit ist jeder Trennungserfahrung inhärent. Jede Trennung ist demnach potentiell nicht nur Enttäuschung, sondern auch Chance zu Veränderung und Weiterentwicklung.

Voraussetzung für die Weiterentwicklung ist, dass die Trennung und die mit ihr verbundene Destruktivität, wie ich das oben schon dargelegt habe, in der Beziehung wahrgenommen, akzeptiert und ausgehalten werden kann. So können die bisherigen lebenswichtigen Beziehungserfahrungen in einer neuen, reiferen Qualität „aufgehoben“ werden. Sind diese Voraussetzungen nicht in genügendem Maße gegeben, sind weder Trennung noch Weiterentwicklung möglich und die Beziehungen stagnieren.

Überzeugend macht Küchenhoff das in seiner Differenzierung der Begriffe „Objekt“ und „der Andere“ klar. - „Objekt“ ist nicht der andere Mensch, sondern die Vorstellung von dem anderen Menschen in mir, sind die Wünsche, Ansprüche und Hoffnungen, mit denen ich den Anderen, meinen Partner, meine Eltern, meine Kinder, „besetzt“ habe; erst jenseits dieses Objektes ist „der Andere“, der in meinen „Besetzungen“ nie aufgehen wird und den ich nur wahr-nehmen kann, wenn ich meine Besetzungen erkennen und immer wieder auch aufgeben kann. -

Schließen möchte ich meinen Vortrag mit der Definition Küchenhoffs: ... *„Liebe ist die Anerkennung der Andersheit des Anderen. Liebe ist das Aushalten, das immer neue innere Aushandeln der paradoxen Gegensätze zwischen Vereinnahmung oder Besetzung des Liebesobjekts und des Bewusstseins der Trennung. Das macht den Reiz der Liebe aus, daß sie deshalb nie an ihr Ende kommt.“* -

Vortrag, gehalten vor der DPG Arbeitsgruppe in Fürth am 15.04.2005

Gliederung:

Einleitung

Die Phasen

- Die orale Phase
- Die anal-sadistische Phase
- Die phallische Phase
- Die Latenzzeit
- Die Adoleszenz

Kollektive Vorstellungen und Normen

- Die körperfeindliche Tradition der christlichen Kirche
- Die Diffamierung des Begehrens
- Das Phantasieverbot
- Das „Hohelied der Liebe“ aus dem 1.Korintherbrief

Die ganz natürlichen Konfliktpotentiale von Paaren

- Die Konflikte der leiblichen Kinder in einer bestehenden Ehe
- Konflikte von Paaren, die Kinder aus geschiedenen Ehen mitbringen
- Die ungelösten ödipalen Bindungen an die eigenen Eltern
- Unterschiedliche Herkunft und unterschiedliches geistiges und emotionales Potential

Die zweite Latenzphase

- Die Krise der Lebensmitte
- Was war im Schaufenster?

Die Paartherapie

- Die Übertragung
- Eine Übertragungsfalle
- Die Allparteilichkeit
- Die Trauerarbeit
- Die Bedeutung des Todestriebkonzeptes für die Paartherapie
- Der aggressionsfreie Mensch als Ideal
- Die „Gegenbesetzung“
- Die Integration der destruktiven Potenz
- Zur Treue verdammt?

Die Anerkennung des Anderen

Literatur:

Gernot Boehme 1985 "Der Leib" und "Leibliche Anwesenheit". in: „Anthropologie in pragmatischer Hinsicht“. Darmstädter Vorlesungen. Suhrkamp Verlag, Frankfurt am Main 1985

W.Bohleber, 2000 Artikel Adoleszenz in Mertens/Waldvogel (Hg.) Handbuch psychoanalytischer Grundbegriffe, S 24 f

Norbert Elias, 1936 „Über den Prozess der Zivilisation“. Basel

Sigmund Freud, 1920 „Jenseits des Lustprinzips“ GW XIII

Sigmund Freud, 1905 „Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie“ GW V

Sigmund Freud, 1932 „Neue Folge der Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse“ (GW XV, S. 101 f),

Gudrun Fuchs, 2000, Kinderanalyse, in: W.Mertens. B.Waldvogel (Hg.) Handbuch psychoanalytischer Grundbegriffe, S 24 f

André Green, 1993 „Die tote Mutter“

(in: Psyche 3; 47.Jahrgang, März 1993, S.205-240 Unter dem Titel >La mere morte< zuerst erschienen in: Andre Green, Narcissisme de vie, narcissisme de mort. Paris (Minuit). 1983, Kap. 6.)

Ivan Klíma, „Liebe und Müll“ und „Eine Sommerliebe“

Laplanche/Pontalis, 1973, „Das Vokabular der Psychoanalyse, S161.f.; Stichwort „Gegenbesetzung“, Suhrkamp-Verlag Frankfurt/Main 1973

Joachim Küchenhoff, 1999 „Verlorenes Objekt, Trennung und Anerkennung“ - Zur Fundierung psychoanalytischer Therapie und psychoanalytischer Ethik in der Trennungserfahrung - Überarbeiteter Vortrag, gehalten anlässlich der Lindauer Arbeitstagung der DGPT im September 1998 in: Forum der Psychoanalyse, Band 15, Heft 3, September 1999, S.189-203.

Hans W. Loewald, 1986 „Das Dahinschwinden des Ödipuskomplexes.“ in: Psychoanalyse. Aufsätze aus den Jahren 1951 – 1979. Stuttgart, Klett-Cotta, , S.377-400)

Michael Lukas Moeller, 1992 „Der Krieg, die Lust, der Frieden, die Macht,“, Rowohlt Taschenbuchverlag, Reinbeck bei Hamburg, 1992

Paul Parin, 2003 „Die Leidenschaft des Jägers“, Europäische Verlagsanstalt Sabine Groenewold Verlage, Hamburg.

Hansjörg Pfannschmidt, 1978 „Penthesilea- oder die Faszination des Unbedingten“ Gedanken zur Metapsychologie des Über-Ich und der Beziehung von Trieb und Narzißmus Materialien zur Psychoanalyse 13: 253-278 (1987), ISSN 0340-6628 Vandenhoeck & Ruprecht 1987)

René Spitz, 1965 „The First Year of Life“. New York. - Deutsch: Vom Säugling zum Kleinkind, Klett, Stuttgart 1967

D. Stern, 1992 „Die Lebenserfahrung des Säuglings“. Klett Cotta, Stuttgart

Jürg Willi, 1975 „Die Zweierbeziehung“ Rowohlt-Verlag, Reinbeck bei Hamburg

Jürg Willi, 1978 „Therapie der Zweierbeziehung“, S.107 Rowohlt Verlag, Reinbeck bei Hamburg

D.W.Winnicott, 1958 „Die Fähigkeit zum Alleinsein“ in :Reifungsprozesse und fördernde Umwelt S.36-46 S.Fischer-Verlag, Frankfurt / M. 1984

Anschrift des Verfassers:

Hansjörg Pfannschmidt
Schießstättenweg 3
85570 Markt Schwaben