

Psychotherapeuten und Paare

Karl König und Reinhard Kreische

Isabell Jersch

Christin Lange

Marcel Lörzer

Partnerwahl

Faktoren der Partnerwahl

- Vertrautheitsgefühle ↔ Interesse an sexuell erregendem Objekt
 - Ähnlichkeiten entweder real oder phantasiert
 - Übertragung: Wählender versucht Realverhalten des Gewählten zu beeinflussen
 - unbewusste Form interpersoneller Manipulation wenn Gewählter darauf reagiert → Konflikt mit eigenem Wunsch nach Selbstverwirklichung
 - **Labilisierung der Beziehung**

Partnerwahl und Kollusion

Kollusionen:

Beziehungsformen zwischen zwei oder mehr Menschen, die zueinander passen wie Schlüssel und Schloss

- Rollenverteilung bestimmt durch Erfahrungen aus Primärfamilie
- Motiviert durch Triebfixierungen
 - gekreuzte Kollusion
 - direkte Kollusion

Kollisionsformen

Gekreuzte Kollusion:

K. mit Oberflächenstrukturanteil des einen mit tieferliegendem Strukturanteil des anderen

→ innere Konfliktentlastung

„Gegensätze ziehen sich an“

Direkte Kollusion:

K. von Oberflächenstrukturanteilen beider Partner

„Gleich und gleich gesellt sich gern“

Kollusionsformen

Elternteil-Kind-Kollusion :

z.B. orale K.: einer pflegt und füttert, der andere lässt sich pflegen und füttern

→ zentrale Beziehungswünsche auf Ebene des Versorgens werden geteilt

Kollusionsformen

Elternteil-Elternteil-Kollusion:

Primärfamilie: frühe Anforderungen an das Kind
Elternfunktionen in Familie zu übernehmen

meist keine reife Form

z.B. beide in sozialen Berufen tätig; Klienten = Kinder

→ kein Bedürfnis den Partner zu infantilisieren

→ Wechsel der Arbeit → Labilisierung der Beziehung

Kompensation: Einer wird zum „Kind“ gemacht, um
das Kind in der Dyade zu
aktualisieren

Kollusionsformen

Kind-Kind-Kollusion:

Primärfamilie: enge Geschwisterbeziehung gegen Eltern

z.B. Paare, die sich in Kurklinik o.ä. kennenlernen

→ Ärzte/Schwester \triangleq Pflegern;

kindliche Bedürfnisse werden befriedigt ohne Belastung der Beziehung

→ oft Probleme außerhalb der Klinik, wenn keine neuen „Eltern“ gefunden werden

Kollusionsformen

Erwachsene-Erwachsener-Kollusion:

- Reifste Kollusionsform
- Alternative zu ET-ET-Kollusion, da nicht auf best. Beziehungsform fixiert
- Ganzes Spektrum der Lebensmöglichkeiten eines Erwachsenen zur Verfügung

Zentrale Beziehungswünsche

Verschmelzung nach Art der narzisstischen Symbiose:

Objekt ohne scharfe Grenzen

→ führt oft zu „Liebe auf den ersten Blick“

Narzisstische Zwillingsbeziehung:

Harmonie durch Übereinstimmung

Beziehung zu anerkenndem Objekt:

Objekt wird idealisiert → Anerkennung wertvoller

Zentrale Beziehungswünsche

Beziehung nach oralem Modus der Versorgung:

versorgendes Objekt soll unbegrenzt geben wollen und können

Anale Beziehung nach Modus des Kontrollierens:

einer beherrscht, der andere unterwirft sich
häufig ständiger Kampf um Vormacht

Zentrale Beziehungswünsche

*Beziehung zu Objekt, das einen in
Geschlechtseigenschaften anerkennt:*

tritt ein, wenn der eigenen Geschlechtseigenschaften
nicht sicher oder wenn gelernt, dass über
Geschlechtseigenschaften viel erreicht wird

Ödipale Fixierung:

Bei ödipalem Triumph → Rivalisierung mit
untauglichen Mitteln

Im ödipalen Kampf unterlegen → Furcht vor
Rivalität mit gleichem Geschlecht

Beispiele für ödipale Fixierung

Frau mit ödipalem Erfolg

- mit Charme, gutem Aussehen viel erreicht
 - Alltagsaufgaben als Zumutung
 - Mann soll Mängel verzeihen/Aufgaben übernehmen

Dekompensation: - zu starke Ausprägung
- im Alter, wenn Attraktivität nachlässt

Beispiele für ödipale Fixierung

Mann mit ödipalem Erfolg

- oft Partnerin, die bedeutend weniger attraktiv
→ lebenslange Bestätigung

ABER: Männer oft nur so lange für Frauen attraktiv wie sie versprechen sozialen Status zu erreichen

Zentrale Beziehungswünsche

Fixierung auf dyadische Entwicklungsform:

verstärkte Angewiesenheit auf Partner

nicht in der Lage mehrere parallele Beziehungen zu führen

Labilisierung durch: z.B. Geburt

Die Equity-Theorie

Bestrebung mit dem Partner ausgewogen zu leben

entweder gleiche äußere Attraktivität oder Ausgleich durch andere Qualitäten/ Talente

z.B. attraktive junge Frau heiratet älteren Mann mit hohem Status

Konfliktlastige Wertvorstellungen in der Paarbeziehung

Wertvorstellungen meist übernommen aus Primärfamilie

Partner aus verschiedenen Gesellschaftsschichten:
Wertkonflikte nach Zeit der Verliebtheit

Wertvorstellungen auch abhängig von zentralen Beziehungswünschen

→ wenn zentrale Beziehungswünsche enttäuscht:
Auseinandersetzung auf Ebene der Wertvorstellungen

Kinder

Bedeutung für Frauen und Männer:

Selbstwert steigern, ungelebtes Leben leben,
Gesellschaft leisten, Bestätigung der
Geschlechtsidentität

wenn im Vordergrund: pathologisch

auch gewollte Kinderlosigkeit kann neurotisch sein

Kinder

Ehe vor Schwangerschaft

→ oft Konflikte um Zeitpunkt

Neugeborene werden idealisiert; ähnl.

narzisstischen Zustände der Verliebtheit

→ festigt Beziehung und entwickelt Vertrautheit

Erstgeborene: „Probierkinder“

weitere Kinder → oft Probleme mit

Berufstätigkeit

Kinder

Erziehung oft Streitpunkt

häufigster Streit in ersten drei Jahren und in Adoleszenz

Umgang mit adoleszenten Kindern zeigt, ob Eltern selbst wirklich erwachsen

Zu viel Harmonie → „Hotel Mama“

Dauerbeziehung und Begegnung

oft Begegnung erwünschter als Dauerbeziehung

→ bei kurzer Beziehung andere
Partnerwahlkriterien

Zu unterscheiden: bewusste Entscheidung ↔
suchtartiges promiskuitives Verhalten

Prostitution ermöglicht kurze Beziehungen

Liebe auf den ersten Blick

Entstehung: meist nonverbale Signale, die Eindruck vermitteln, dass möglicher Partner besonders gut zu einem passt

- ein Aspekt des Partners entspricht eigenen Erwartungen → Schlussfolgerung alle anderen Eigenschaften müssen auch vorhanden sein

- Selektive Wahrnehmung der Realität unbekannte Aspekte des Partners werden durch Phantasie ersetzt

Gründe, warum keine Paarbeziehung zustande kommt

Angst vor Einschränkungen → großer
Freiheits- und/oder Bewegungsdrang

Zu starke Idealisierung der Paarbeziehung

Mangelnde Abkapselung von den Eltern

→ diese bestimmen (un-)bewusst noch sehr
stark die Partnerwahl

Gründe, warum keine Paarbeziehung zustande kommt

Ziel der Psychotherapie: Voraussetzungen für
Dauerbeziehung schaffen

Wichtig: Einbeziehung des Alters des
Patienten

Bsp.: auch wenn nach erfolgreicher Therapie
nun fähig für Beziehung, kann Patient zu alt
sein, um Partner zu finden

→ wichtig bei Frauen Mitte 30 oder älter, die
noch eine Familie gründen wollen

Partnerwahl während der Adoleszenz

Phase für innere Trennung von Eltern

Zeitraum der Berufswahl

Beginn der Etablierung der eigenen sexuellen Identität

Männer → Probierbeziehungen

Frauen → müssen behütet werden, um Schwangerschaften zu verhüten

Heutige längere Ausbildungsphasen/Studienzeit bedingen Zunahme von Dauerbeziehungen, die nach Beendigung des Studiums neu definiert werden müssen

Einfluss der Primärfamilie auf die Partnerwahl und die Entwicklung einer Paarbeziehung

Bei ungenügender Ablösung von Primärfamilie, beeinflusst diese stärker die Partnerwahl

Auch kann Tendenz entstehen die Familie des Partners heiraten zu wollen

Fremdgehen

Mögliche Ursache: durch zu starkes Vertraut sein mit Partner, findet man diesen weniger erregend und wendet sich einer fremden Person zu

Geglückte Beziehung: optimales Verhältnis zwischen Vertraut sein und Fremd bleiben
Erwartungen an Außenbeziehung von Männern/Frauen können stark variieren

Trennung

Wunsch zur Trennung entsteht bei beiden Partnern meist zu verschiedenen Zeitpunkten

- Trennung werden daher oft einseitig ausgeführt
- Trauer, Kränkung, Schuldgefühle, Machtlosigkeit, Depression
- Ziel von Therapie: Erhaltung der Beziehung oder einvernehmliche Trennung
- Mögliche Probleme bei Einzeltherapie: Störung der Equity, Partner in Therapie erhöht seine Wertigkeit

Partnerwahl nach dem Scheitern der Beziehung

Beziehung sollte aufgearbeitet werden
Gründe für das Scheitern analysieren
Eigene Anteil am Scheitern sollte nicht vernachlässigt werden

→ Dann können Fehler bei der nächsten Partnerwahl vermieden werden

Partnerwahl nach dem Tod des Partners

Trauerarbeit notwendig

Bei starker Abhängigkeit vom verstorbenen Partner sehr schnelle Fixierung auf neuen Partner

Den Platz des Verstorbenen können aber auch kirchliche/soziale Gruppen oder die Arbeit einnehmen

Neuer Partner kann dem verstorbenen sehr ähnlich sein oder sehr gegensätzlich

Der Zerfall einer Beziehung

- In einer funktionierenden Beziehung sind beide Partner um das Verständnis des jeweils anderen bemüht.
- Mit der Dekompensation der Beziehung erscheint der Partner in seinen Beweggründen negativ verkürzt.
- In einem Konflikt mit wechselseitigen Schuldzuschreibungen wird bei Beziehungen nach dem Kollusionsmodell die Desillusionierung verdrängt und dem anderen die Schuld gegeben, man wurde belogen.

Beispiel: Schuld versus Vergebung

- Bei der Partnerschaftskollusion aus Buße verlangt ein Partner unbewusst, dass der andere eine phantasierte Schuld vergeben soll.
- Eine Katharsis kann nicht eintreffen, da die Wiedergutmachung real nicht erreichbar ist.
- In einer Dekompensation dieses unbewussten Partnerschaftsbündnisses wird die ausbleibende Wiedergutmachung als Kränkung erlebt.
- Die negative Abwertung des Partners führt zum Konflikt. Dieser ist unbewusst und so nicht verbalisierbar.
- Die konflikthafte Auseinandersetzung dreht sich z.B. um Feindbilder aus der Familie, die wieder auftauchen.

Beispiel: Liebe versus Anerkennung

- Manche Menschen verwechseln Liebe mit Anerkennung
- Für ihre enormen Leistungen können sie aber nur Bewunderung oder Dankbarkeit erhalten.
- Solange sie sich nicht selbst für liebenswert halten, Kann ihnen der Partner auch keine Liebe geben.

Der Hass und seine Funktionen in der Partnerschaft

- Hass kann von Schuldgefühlen erleichtern
- Wer eigenes im Anderen hasst entlastet sich dadurch
- Gerade bei Paaren nach dem Typ der Kollusion fällt mit dem Ende der Beziehung die Entlastungsfunktion weg. Partnerschaft verarbeitetes Leid muss nun auf eine andere Weise verarbeitet werden.

Wie geht man mit hassenden Partnern in der Therapie um

- Beim Hass ist die Diskrepanz zwischen dem was man fühlt und dem was man ausdrücken kann oft groß.
- In den ersten Sitzungen dominiert in der Regel das vernünftige Verhalten. Es fällt den Partnern schwer ihre Gefühle zu äußern, da sie Vergeltung fürchten
- Der Therapeut muss bei geäußerten Hassgefühlen oft eingreifen, da sich der Interaktionsbereich der Partner verengt und sich die Vorwürfe schnell wiederholen können.

Neid

- Beim gesunden Neid möchte man etwas haben was andere auch hat
- Beim ungesunden Neid möchte man etwas haben was realistischer Weise nie bekommen wird
- Beim destruktiven Neid möchte man das Beneidete zerstören
- Das beneidete Objekt hat meistens einen Symbolwert eine begehrte soziale Position und im weiteren für die soziale Position des Mannes in der Gesellschaft überh

Eifersucht

-Eine Disposition zur Eifersucht hängt meistens mit einem schlechten Selbstwertgefühl zusammen. Jede andere Frau oder andere Mann kann einem vorgezogen werden.

Beispiel: Elternteil/Kind- Beziehung

- Der Partner in der Kindrolle ist stark vom Partner in der Elternrolle abhängig. Die phantasierte Gefahr den idealisierten Elternteil zu verlieren ist groß.
- Ein jugendlicher Partner nimmt z.B. Nebenbeziehungen außer Haus auf und der Elternteil gerät über den rebellierenden Partner in eifersüchtige Besorgnis.
- Bei der Stabilisierung der Beziehung durch die Rolle des Kleinkindes ist die Phantasie des Elternteils meist so groß, dass eine externe sexuelle Beziehung ausgeschlossen erscheint und

Die Eifersucht in der Paartherapie

- Eifersucht ist quälend, für denjenigen der sie empfindet ebenso wie für denjenigen den sie betrifft
- Therapeutisch ist sie oft schwer zu beeinflussen, da die Konfrontation mit der Realität alleine kaum weiterhilft
- Die Ursachen liegen im Unbewussten und gehen häufig mit paranoiden Befürchtungen einher
- Die Paartherapie ist die einzig mögliche Therapie, da bei getrennter Therapie leicht paranoide Ängste geweckt werden

Sexuelle Aufklärung

- Mangelnde sexuelle Aufklärung trägt zu Konflikten bei
- Frauen wissen oft nicht, dass die Refraktärzeit nach dem Orgasmus des Mannes (Schmerzhaftes Empfinden bei weiterer Stimulation des Gliedes)
- Männer wissen häufig nicht, dass eine Frau erregt sein muss, damit es zu einer ausreichenden Lubrikation (Befeuchtung der Vagina) kommt und der Koitus schmerzfrei erlebt werden kann.

Die Sexualität in der Paarbeziehung aus psychoanalytischer Perspektive

- Nicht jede Sexualstörung geht auf einen zugrundeliegenden Partnerkonflikt zurück. Die Beziehung zu den eigenen Eltern ist oft die Ursache von Ambivalenzkonflikten.
- Eine bestehende Fixierung auf einen andersgeschlecht-lichen Elternteil kann zu einem Inzesttabu bei räumlicher Nähe führen.
- Vaginismus (Scheidenkrampf) hat oft psychodynamische Ursachen, so phantasiert sich eine Frau als kleines Mädchen, deren Vagina für den Koitus zu klein ist

Die sadomasochistische Beziehung

- Es steht der Wunsch im Vordergrund eine Beziehung sadomasochistisch zu gestalten und nicht den Anderen zu vernichten
- Eine Trennung ist bei dieser negativen Bindungsform ausgeschlossen, da sie einer Niederlage gleichkäme.
- So grausam die Beziehung auch wirken mag, das Verständnis aus Sicht der Partner liegt im Lustgewinn des gegenseitigen Einander-Quälens.

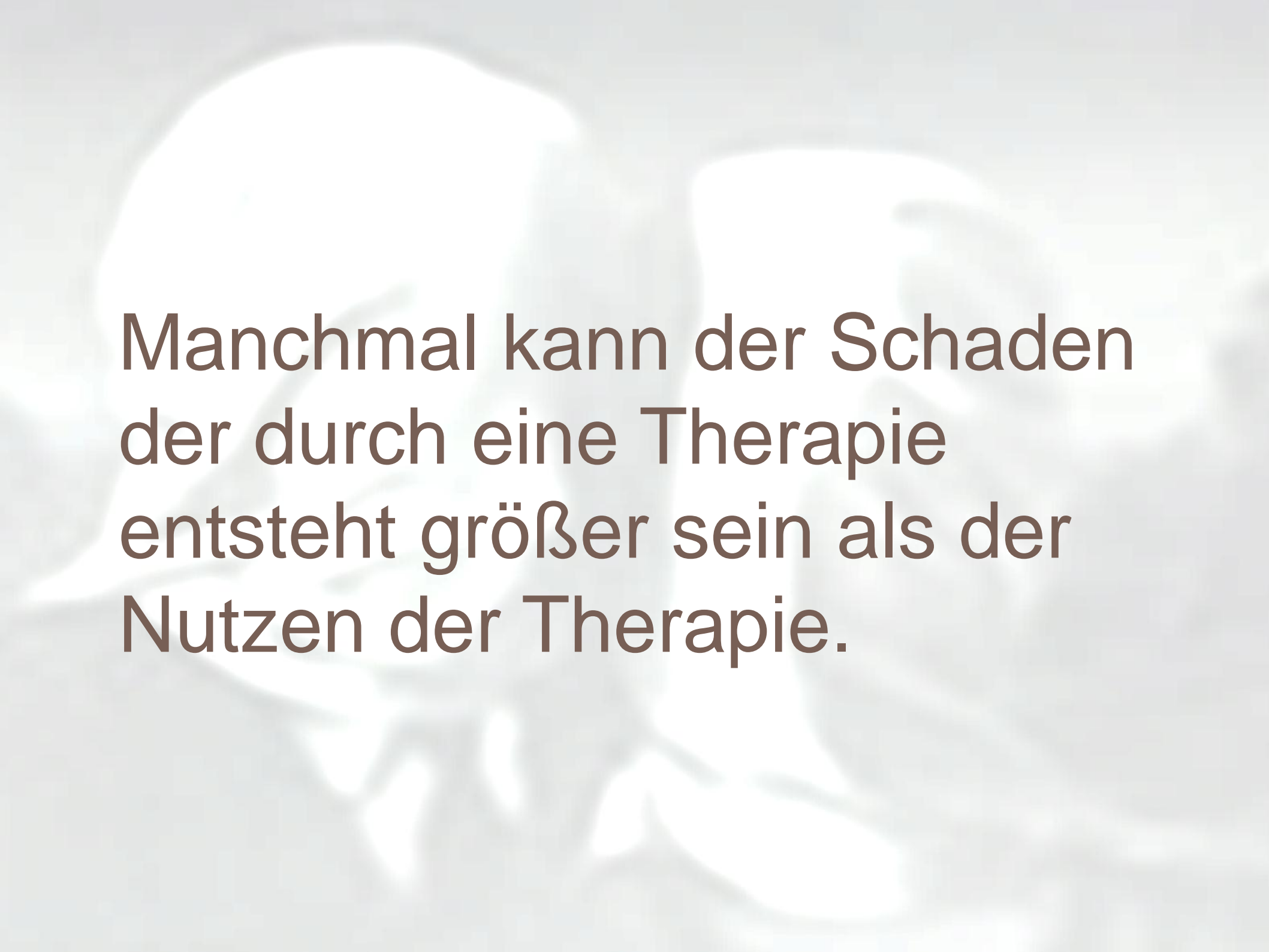
Die Therapie der sado-masochistischen Beziehung

- Das paartherapeutische Setting wird von den Partner schnell in eine sadomasochistische Beziehung umfunktioniert
- Der Analytiker wird provoziert und die wirkliche oder phantasierte Gegenreaktion als sadistischer Akt interpretiert

Der Therapeut muss dies in seiner Gegenübertragung berücksichtigen

Die phobische Kollusion

- Eine Angstproblematik dominiert und stabilisiert die Partnerschaft, was den Partnern unbewusst ist
- Die Partner sind nach außen hin stark aufeinander bezogen und wirken harmonisch
- Wird der neurotische Teil der Beziehung in einer Therapie freigelegt bleibt den Partnern oft nicht viel Gemeinsames.



Manchmal kann der Schaden
der durch eine Therapie
entsteht größer sein als der
Nutzen der Therapie.

-König und Kreische plädieren für ein Verständnis des Sinnzusammenhangs Partnerschaft

-Die Familie, die Kinder und die Freunde sollten nie außer Acht gelassen werden (innere Loyalitäten)

-Sie kritisieren Therapeuten die sich ausschließlich als Anwalt des Patienten sehen

Nonverbale und verbale Kommunikation

- Eine unpassende Mimik zu einer Aussage eines Patienten kann eine innere Ambivalenz ausdrücken
- Diese kann sich direkt auf den Analytiker beziehen, Ausdruck einer generellen, charakterlichen Ambivalenz sein oder aber auch aus den vorhergehenden Erlebnissen des Patienten außerhalb Therapie kommen
- Gleiche Gesichtsausdrücke können unterschiedliches signalisieren (Stirnrunzeln meint Ratlosigkeit aber auch eine kritische Haltung)

Kommunikation in der Partnerschaft

- In einer Partnerschaft sind alle verbalen, wie auch nonverbalen Äußerungen durch die Vorerfahrungen geprägt. Dies erschwert Veränderungen
- Nonverbale Signale sind für eine gelungene Kommunikation wichtig, da ein und denselben Satz bei unterschiedlichen Mimik etwas Anderes bedeuten kann

Klare Kommunikation

- Nonverbale Botschaften sind schwerer zu erfassen als verbale
- Es ist die Aufgabe des Therapeuten die Klarheit der Kommunikation zu verbessern und herauszuarbeiten wieso Kommunikation unterlassen wird
- Durch die im Kontext falsche Wahrnehmung von nonverbalen Gefühlen können Konflikte eingeleitet werden. Um Missverständnisse zu vermeiden sollten die Gefühle behutsam angesprochen werden
- Direktes ansprechen von nonverbal erkannten, latenten Gefühlen führt schnell zur Abwehr des



Es ist wichtig nach der
Gefühlslage zu fragen

Einzel- oder Gruppentherapie

- Macht ein Partner eine Einzeltherapie, so besteht die Gefahr, dass sich nur der eine Partner weiterentwickelt und dies die Beziehung belastet
- Bei Einzeltherapien beider Partner mit verschiedenen Therapeuten entwickeln sich beide häufig in unterschiedliche Richtungen, was die Beziehung belastet
- Bei gesonderten Einzeltherapien beider Partner bei demselben Therapeuten kommt es oft zu paranoiden Befürchtungen der Therapeut könnte die eigenen Aussagen gegen den Partner diesem

„Sicher wäre es am komplikationslosesten, vielleicht auch am erfolgsversprechendsten, wenn alle Psychotherapien, die eine Strukturveränderung anstreben, vor der entgültigen Partnerwahl begonnen und auch abgeschlossen werden könnten. Oft ist das so nicht der Fall.“
(S.116)

Gruppentherapie

- Es kommt wie in der Einzeltherapie möglicherweise zu Gefühlen von Neid, Eifersucht und Rivalität
- Es besteht die realistische Befürchtung, dass der Lebensgefährte in der Gruppe eine neue Beziehung eingehen könnte
- Die Aufgabe des Therapeuten liegt darin den Verkennungsanteil einer solchen Beziehung, die meistens wenig Chancen hat, aufzuzeigen

Paartherapie

- Die Paartherapie wird im Vergleich zur Einzeltherapie wenig angewandt (Stand 1991, heute oft angewandt)
- Praktizierende Paartherapeuten haben meistens eine zusätzliche Spezialausbildung
- Eine Grobunterteilung der fachinternen Ausrichtung kann man nach psychoanalytischen und systemischen Ansätzen machen

Die systemische und psychoanalytische Paartherapie

- Der Psychoanalytiker richtet seinen Blick auf „Erinnerungs-spuren an kindliche Interaktionserfahrungen aus der Her-kunfts-familie und deren innerseelische Verarbeitung“
- Der systemische Therapeut betrachtet neben dem individuellen Konflikt das System Familie mit all seinen Beziehungen
- König und Kreische bevorzugen eine Verknüpfung beider Ansätze. Der beidseitig geschulte Therapeut kann den Systembezug in einem Setting verändern oder aber auch das Setting an sich