

Alltagsbeziehungen und ihr Bezug zur therapeutischen Beziehung

Von Eva Jaeggi

Vortrag am Hauptkongress des Deutschen Arbeitskreises für
Gruppenpsychotherapie und Gruppendynamik
am 4. Oktober 2003 in Berlin

Wieso sind Beziehungen offenbar ein solch wichtiges Thema – egal, wohin man blickt: in Buchtitel, in Workshops oder auch in Therapien? Überall ist die Beziehungsfähigkeit ein wichtiges Anliegen: sie muß gesteigert werden oder kanalisiert, sie muß auf ihre Funktion hin hinterfragt werden etc...“.

Natürlich können wir davon ausgehen, daß Menschen zu allen Zeiten in allen Kulturen die Beziehung zu ihrem Nebenmenschen wichtig genommen haben – war dies doch, jeweils zeitgemäß unterschiedlich- immer wichtig zum physischen aber auch zum geistigen Überleben. Wir Menschen sind aufeinander angewiesen, in jeder Konstellation. Noch der isolierteste Eremit kann wohl nicht anders als Bilder von Menschen produzieren in seinem Kopf, wenn er betet oder meditiert. Ganz abgesehen davon, daß die meisten Eremiten sich auch der von Menschen irgendwie aufbereiteten Nahrung bedienen. Und auch der vergeistigste Gottesglaube spricht mit dem Allerhöchsten in Menschensprache.

Es ist aber – und hier verlassen wir das anthropologische Urgestein – nicht in jeder Zeit in der gleichen Weise wichtig, daß Menschen da sind und miteinander intimen Kontakt pflegen; Beziehungen haben kulturabhängige Funktionen und werden kulturabhängig gelebt, so wie sie natürlich auch persönlichkeitsabhängige Funktionen und Lebensformen darstellen.

Dieser Vortrag geht davon aus, daß in der Moderne die Beziehungen der Menschen untereinander neben der allgemeinen Funktion des Überlebens eine spezifische

haben, nämlich die Funktion, eine ganz spezielle Bestätigung der jeweils individuellen Besonderheit zu gewährleisten. Diese Funktion ist nicht zu allen Zeiten und in allen Kulturen besonders wichtig. Dort, wo Menschen sich auf ihre gesellschaftlich genau festgelegten Rollen beziehen können, brauchen sie nicht im selben Maß Bestätigung ihrer Besonderheit, es genügt, wenn sie ihre Rollenmuster gut ausfüllen.

Wenn wir in der Psychotherapie immer wieder betonen, welche wichtige Wirkvariable die therapeutische Beziehung ist, dann trifft dies genau diese Tatsache. (Lambert zufolge sind etwa 85 Prozent der Wirkung von Psychotherapie auf Beziehungsvariablen zurückzuführen und nur 15 % der Technik geschuldet). Patienten brauchen in den meisten Fällen einen Gewährsmann/frau für ihre Existenz und ihre individuelle Besonderheit. Die Rogersche Variante der Beziehung mit ihrer Betonung der Akzeptanz hat in den letzten Jahren daher mehr Anhänger gefunden als die psychoanalytische mit ihrem Konzept der Übertragung.

Es gibt im modernen Vokabular von Soziologen/Sozialpsychologen neben dem Wortungetüm „Beziehungsarbeit“ das noch gewichtigere Monster „Identitätsarbeit“ – und wie ich ausführen werde, hat beides miteinander zu tun.

Die Funktion von Beziehungen, inklusive der Liebesbeziehungen, ist also mehr als früher: die der Identitätsfeststellung. Wenn Normen und Traditionen versagen, dann können wir – um uns unserer Eigenart zu versichern – auf unsere nächsten und wichtigsten Personen zurückgreifen, vor allem auf diejenigen, die wir lieben und von denen wir uns geliebt fühlen.

Die Frage „Wer bin ich denn eigentlich?“ läßt sich schlecht in solipsistischer Einsamkeit beantworten. Man sagt implizit und manchmal auch explizit. „Sag Du mir, wer ich bin“. Und der andere zeigt mir auf vielerlei Arten, wie er mich sieht, welche Zuschreibungen ich von ihm bekomme. Da es meist mehrere Personen gibt, die mich sehen, ergibt dies denn auch das, was moderne Psychologen „Patchwork-Identität“ nennen., also ein dauernd changierendes Wechselspiel unterschiedlicher Facetten der eigenen Person – je nach Beziehungslage.

Dem Zeitgeist entsprechend sind viele Zuschreibungen psychologische.

Man verlangt von einer Beziehung übrigens oft mehr als Zufriedenheit. Man verlangt von ihr die Ermöglichung der eigenen Entwicklung. Wenn einer (eine) aussteigt aus einer Beziehung, dann ist die Begründung sehr oft bezogen auf die „neuen“ Entwicklungsmöglichkeiten. „KO-Evolution“ heißt das Stichwort in vielen Analysen der Partnerschaft. Aber nicht nur in der Partnerschaft soll sie gewährleistet sein.

Alle diese Anforderungen verlangen so etwas wie „Arbeit“ heißt es. Man muß sich Freundschaften, Partnerschaften oder das Mutter/Vater – sein „erarbeiten“. Handbücher, Ratschläge, Ecken in Zeitschriften, von Psychologen meist fachkundig betreut, helfen dabei „Beziehungsarbeit“ richtig zu organisieren. Wie in vielen anderen Bereichen gilt auch hier der Wertpluralismus.

Aber natürlich hat jede Art von Beziehungsarbeit ihre eigenen Gesetzmäßigkeiten, Schwierigkeiten und Erfolgserlebnisse.

Was nun die „richtige“, die jeweils „adaequate“ Lebensform ist, das entscheidet nicht mehr der Beichtspiegel oder das Reglement des Militärs. Das entscheidet neuerdings eine andere Instanz, nämlich das Gefühl für die „Authentizität“ des Gefühls. Charles Taylor, ein Sozialphilosoph, der die modernen Beziehungen analysiert hat, nennt unsere Kultur daher eine Authentizitätskultur. Das heißt: wir hören nicht mehr unbedingt auf äußere Stimmen, sondern durchgängig auf die Innere Stimme, auf das, was ich als authentisches Gefühl, in innerer Evidenz weiß und spüre. Wie wir alle wissen, ist dieses Gefühl aber nichts, was unsere Unsicherheit endgültig beheben kann. Gerade dieses Gefühl ist sehr labil, sagt immer wieder etwas anderes, aber im jeweiligen Augenblick haben wir den Eindruck, es betrüge uns nicht. Und auch unser Gefühl für den anderen und das, was er für uns bedeutet, muß nun vom Gefühl der Authentizität geleitet werden.

Aber auch Authentizität ist nichts, worauf man sich letzten Endes stützen kann, obwohl sie von vielen Menschen recht hartnäckig als das angesehen wird, was inmitten einer Welt der Unsicherheit eine gewisse Ordnung schafft und Beziehungen regeln soll.

Welche Form von Beziehung es in der Welt der Psychotherapie sein soll, ist gleichfalls deutungsbedürftig. Natürlich haben wir theoretische Konzepte – aber es wird ja bekanntlich die gelebte therapeutische Beziehung nicht nur von der Theorie,

sondern auch von den spezifischen Persönlichkeiten der Therapeuten geleitet. Deshalb scheint es mir wichtig, sich über einige wichtige Konzepte in der Alltäglichkeit der Beziehungswelt klar zu werden, damit man mehr Klarheit gewinnt über das, was man als einzelner Therapeut einer bestimmten Richtung auch lebt.

Ich denke, es hilft, wenn wir ein wenig über den Tellerrand unserer eigenen modernen Kultur gucken und uns ansehen, wie Alltagsbeziehungen in anderen Zeiten aussahen und uns dann überlegen, welche Beziehungsformen in verschiedenen therapeutischen Ansätzen vorherrschen. Es wird nicht verwundern, wenn wir die „gute therapeutische Beziehung“ auch in den verschiedenen Therapieansätzen als etwas betrachten, was mit der jeweiligen Theorie und damit zusammenhängend mit der „Kultur“ der je spezifischen Psychotherapie zu tun hat sowie natürlich von unsere höchst persönlichen privaten Beziehungswelt. Um uns selbst als Therapeuten analysieren zu können, soll uns jedes Hilfsmittel recht sein. Eines davon ist die Klarheit über die Alltagsbeziehung.

Ich möchte dazu vier Beziehungsformen – dargestellt im jeweils historischen Kontext – charakterisieren, nämlich:

- Die Beziehung zwischen Eltern und Kindern
- Die Partnerschaftsbeziehungen
- Die Freundschaftsbeziehungen
- Die Sachbeziehung (diese ist wohl nicht sehr variabel)

Alle diese Beziehungsformen können wir in der Psychotherapie finden – und zwar, so meine Meinung, jeweils unterschiedlich akzentuiert in den verschiedenen Therapieschulen und bei den verschiedenen Therapeuten.

1. Eltern-Kinder

Seit wir eine Psychologie-Kultur haben, ist die Beziehung zwischen den Generationen aufgeladen mit Ge- und Verboten, die ein sehr differenziertes inneres Gespür verlangen; und dieses innere Gespür, das Hineinhorchen ins Innere ist natürlich diktiert von wiederum den gerade gängigen psychologischen Konzepten. Auch hier zeigt uns ein Blick in die europäische Geschichte, wie sehr sich die Vorstellungen über die Eltern-Kind- Beziehungen ändern können. Natürlich wurden

die Eltern immer schon in mehr oder weniger hohem Grad verantwortlich gemacht für das Gedeihen ihrer Kinder; was sich gewandelt hat ist die Form, in der man sich der Kinder annehmen sollte, um sie gut zu erziehen. Und damit wird natürlich das Beziehungsgeschehen zutiefst berührt.

Der Leitsatz der berüchtigten Schwarzen Pädagogik lautet: „Wer seine Rute schont, der haßt seinen Sohn; wer ihn aber liebhat, der züchtigt ihn bald“ (Die Sprüche Salomons, 13,24) und natürlich galt dies den Zeitgenossen keineswegs als grausam, sondern als berechtigt und normal. Wir haben unzählige Zeugnisse für die „verstossenen“ Töchter und Söhne, die sich nicht nach den Grundsätzen ihrer Eltern gehalten haben. Aus vielen Zeugnissen der Belletristik sowie von Lebensbeschreibungen wird klar, daß solche Eltern sich ohne jedes schlechte Gewissen der „Verstossung“ bedienten. „Du bist nicht mehr mein Sohn, meine Tochter“ dieser Spruch gilt in vielen Zeitaltern als rechtfertigende Handlung von Eltern, deren Kinder nicht wohlgeraten waren. Damit konnten die Eltern sich reinwaschen. Wir finden sehr viele literarische Beispiele dafür: die Marquise von O. von Kleist, deren Vater sie sogar töten wollte, weil er sie eines außerehelichen Verhältnisses schuldig wähnte; oder Effi Briest, deren Eltern sie nach ihrem Ehebruch für lange Zeit nicht sehen wollten und erst nach einigem Zögern gestatteten, daß sie ihre letzten Tage daheim verbringe.

Ich streife nur ein paar der vielen Konzepte, die es im Laufe der modernen europäischen Geschichte gegeben hat. Das Kind ist ein „Sünder“ so sagen z.B. viele Pädagogen des 17. und 18. Jh., Lasterhaftigkeit und schlechte Instinkte sind ihm angeboren, sie müssen ausgemerzt werden. René Descartes wiederum bedauert es sehr, daß die Kinder in solcher Dummheit leben. Ihre jahrelang währende geistige Umnachtung wirke sich auch noch auf das Erwachsenenleben aus, sie kommen viel zu spät zur Erkenntnis. Frühzeitiges Lernen kann dem ein wenig vorbeugen.

Daß Kinder kleine Maschinen sind, die man immer besser einstellen muß, oder kleine Tiere, die dressiert gehören: all dies ist immer wieder einmal behauptet worden. Große Angst besteht während langer Perioden vor der Verwöhnung. Dementsprechend ist die Gewalt gegen Kinder nichts besonders Tadelnswertes. Daß die „Mutterliebe“ kein ubiquitäres Phänomen ist, hat uns die französische

Sozialphilosophin Elisabeth Badinter gezeigt. Noch im 17. Jahrhundert. werden viele Kinder auch dann in Pflege gegeben, wenn man damit ihren Tod riskiert.

Es ist ein sehr langer Weg von dieser Art von Familienverhalten bis zu den übertrieben vorsichtig formulierten Warnungen Gordons, einem humanistischen Psychologen der Siebzigerjahre („Familienkonferenz“): man möge Kinder um Gottes willen nicht tadeln, weil sie sonst ihre Selbstsicherheit verlören.

Das Kind wird erst Ende des 18. Jahrhunderts im Gefolge der Aufklärungsphilosophie und der Rousseauschen Ideen, als ein zartes andersartiges Wesen konzipiert. In manch romantischer Verklärung wird es gar zum kleinen Englein erklärt. Es muß gehegt und gepflegt, in seiner Eigenart verstanden werden. Der Gedanke an einen möglichst gesunden und psychisch stabilen Nachwuchs bekommt durch den erstarkenden Kapitalismus mit seinem Bedarf an Arbeitskraft auch noch Auftrieb. Es wird also sowohl ein ökonomisches als auch ein moralisches Postulat, dafür zu sorgen, daß die Kinder eine kindgerechte Erziehung erhalten und in einer – jeweils zu dosierenden – Mischung aus Liebe und Strenge innerlich und äußerlich erstarken können.

Wie auf jedem Gebiet des Lebens sind wir heutzutage auch in der Erziehungsfrage von sehr heterogenen Wertvorstellungen bestimmt. Laissez-faire und Empathie vs. Autorität und Strenge: alles wird in Handbüchern festgelegt und verfochten.

In den konkreten Erziehungssituationen aber muß man sich auf sein inneres Gefühl verlassen – ein Gefühl, das leicht störbar ist und daher immer wieder versehen wird mit dem Druck eines schlechten Gewissens. Denn über allen Erziehungsratschlägen schwebt der Glaubenssatz, daß wir verantwortlich sind für die Entwicklung unserer Kinder- und zwar in sehr viel mehr Dimensionen als bisher erachtet. Es ist auch hier nicht so sehr die äußere Erziehungsdeklaration, als die sehr viel subtilere innere: Liebe ich mein Kind auch wirklich? Lasse ich ihm seine Eigenpersönlichkeit oder ist es nur mein narzißtisches Objekt?

Zwar werden wir ab und zu entlastet: nicht so sehr die Umgebung als die Gene seien es, die man verantwortlich zu machen habe. Oder. Die peers, die viel mächtiger seien, auch: die Geschwister.

Alle diese Theorien sind aber irgendwie schwächlich gegenüber dem Gefühl, daß wir eben doch „schuld“ sind an den Sünden unserer Kinder.

Und umgekehrt?

Auch die Kinder leiden am Schuldgefühl den Eltern gegenüber.

Die moderne Lebenswelt macht es ihnen – schon aus äußeren Gründen – sehr schwer, alte Eltern entsprechend zu versorgen. Auch dies ist eine Ursache des schlechten Gewissens. Die wichtigere aber liegt sicher in der tief bindenden Abhängigkeit, in der die Kleinfamilie ihre Kinder hält. Kinder sind narzißtische Objekt par excellence. Je weniger Kinder, desto aufgeladener mit Erwartungen und Gefühlen sind die Kinder. Diese fühlen sich dieser großen Emotionalität gegenüber hilflos, allzu abhängig und auch oft „benutzt“, und danken dies mit einer Mischung aus Aggression und Liebe – also ein idealer Nährboden für schlechtes Gewissen.

Eltern und Kinder sind oft im schlechten Gewissen aneinander gebunden, vor allem dann, wenn nicht alle Erziehungsziele erfüllt werden. Im Zuge der Psychologisierung des Eltern-Kind-Verhältnisses hat sich auch die Frage der „Wiedergutmachung“ von Erziehungsfehlern verändert. Die enorme Wichtigkeit, die wir gerade der Kleinkindzeit mit ihren Prägungen zugestehen verhindert es, daß Eltern hinterher allzu viel noch verändern könnten.

2. Partnerschaften, Liebe:

Wir haben sehr viele Zeugnisse über das Paarleben anderer Zeiten und Kulturen. Meistens ist die Partnerschaft etwas, was sehr stark durch den gemeinsamen Bezug zur Arbeit verfestigt wird und weniger durch Erotik und Gefühle. Zwar ist der Zustand der erotischen Verliebtheit wohl in den meisten Zeiten ähnlich gewesen, aber dies war es beileibe nicht, was Eheleute aneinander gefunden haben. Es gibt nicht wenige Zeugnisse, daß die sexuelle Lust und die erotische Verzückung für Ehepaare sogar als eher unmoralisch gegolten hat. Solche Gefühle konnten nur der Mätresse gelten, das Paar war für den gemeinsamen Aufbau der Existenz und die Kindererziehung zuständig und nicht für etwas so Vages und Flüchtiges wie die Gefühle. Diese wären ein allzu wechselhaftes Gebilde, als daß man darauf eine Existenz gründen sollte.

Erst in der Romantik wird die Gefühlskultur auch für Paare und zwar für Jedermann wichtig. Die Liebe wurde im Prinzip jedem zugestanden, eben auch dem Paar.

Das aber heißt: auch für das Zusammenleben des Paares gibt es nun nicht mehr eindeutige und verbindliche Normen, kraß ausgedrückt: das Paar muß sich seine Beziehungsform selbst erfinden. Hier gilt – wie auch in anderen Beziehungsformen ebenfalls die Feststellung: wer ich eigentlich bin, hängt sehr eng mit der Frage zusammen, wie mich der andere sieht. Das macht die Liebe sehr prekär und anfällig. Es gibt keine verbindlichen „Ratschläge“, wie man es denn besser machen könnte als all die Paare, die sich schließlich doch trennen.

Wie wichtig für uns aber gerade diese intimen Beziehungen sind, zeigen uns epidemiologische Untersuchungen. Im Vorfeld psychischer Erkrankungen liegen – weit vor allen anderen kritischen Lebensereignissen- die Trennungen von Partnerschaften. Dies ist es, was uns immer wieder vergewissert, daß wir Bedeutung haben, unverwechselbar sind und gerade als die Person, die wir sind, unverwechselbar sind, das heißt: Identität haben. Deshalb sind sogar sehr schlechte Partnerschaften oft noch haltbar. Die Trennung bedeutet für viele Menschen einen Fall ins Nichts.

3. Freundschaften

Das Thema der Freundschaften ist seit einigen Jahren immer stärker in das Bewußtsein getreten. Eine Welt der vielfältigen und komplexen Orientierungen und Werte, eine Welt der Mobilität, verlangt offenbar für jeden Einzelnen unterschiedliche Menschen zu ihrer Bewältigung. Wir haben Sportsfreunde und Freunde für die Kultur und für den Tratsch usw. – meist in verschiedene Personen auseinandergefältelt.

Der Institutionalisierung familiärer und partnerschaftlicher Bindungen wird die Freundschaftskultur mit ihren lockeren Verbindlichkeiten entgegengesetzt. Marilyn Friedman, eine moderne Theoretikerin der Freundschaft formuliert dies so: „Freundschaft ist in unserer Kultur die unumstrittenste, beständigste und befriedigendste aller engen persönlichen Bindungen“.

Die Wichtigkeit des guten Freundes wird schon in der Antike festgestellt. Allerdings ist es dort eher die Gemeinsamkeit der Verpflichtungen in der Polis, die verbindet,

ebenso ist bei den Germanen der Freundschaftsbund etwas, was sehr stark verpflichtenden Charakter hat. Dem Blutsfreund wird sehr viel an Hilfe versprochen, der Charakter der Verpflichtung in hohem Masse gewahrt.

Im mittelalterlichen Christentum wird der Freundschaftsgedanke nicht mehr sehr stark betont: sollte man doch im Gedanken an die Nächstenliebe **alle** Menschen in Gott lieben und sich nicht unbedingt einige wenige herausuchen.

Das, was unseren Auffassungen von Freundschaft am nächsten kommt, finden wir erst in der Romantik wieder: eine höchst intime Beziehung, die auf gegenseitigen Respekt und Empathie gegründet ist und nicht selten auch eine gewisse erotische Komponente hat, wenn wir die Beteuerungen der Freundschaft in den vielen Briefzeugnissen, die wir aus dieser Zeit haben, lesen. Es ist – da man oft weit entfernt wohnte- die Zeit der innigen Brieffreundschaften.

Was Freundschaften damals wie heute auszeichnete ist die Reziprozität der Beziehung, ihre Zweckfreiheit, das gegenseitige „sich-mitteilen“, und natürlich entwickeln Freunde eine eigene „Gefühlskultur“; diese ist viel weniger festgelegt als die Gefühlskultur von Partnern, wo mediale Vorbilder sehr viel mehr Einfluß haben.

4. Die Sachbeziehung

Diese Beziehungsform hat es wohl schon immer gegeben, wo immer Menschen in Gemeinschaften zusammenwohnen. In einer Welt, in der man sich in vielen belangen nur über rein zweckgebundene Tätigkeiten näher kommt, kann sie in vielen Bereichen vorherrschen. Der andere ist dann eine austauschbare Funktion: als Bus-Fahrer, als Verkäufer oder als Beamter mit seinen Kunden. Bemühungen, solche Beziehungen zu „vermenschlichen“ schlagen fast immer fehl.

In der Welt des Heilens , eine Kunst, die es wohl gegeben hat, seit Menschen zusammenleben – also immer- ist die Beziehung zwischen dem Heiler und dem Kranken immer wichtig gewesen – allerdings: sie hat sich ebenfalls von Zeit zu Zeit und von Kultur zu Kultur verändert. In vormodernen Kulturen ist diese Beziehung vorwiegend eine ritualisierte; notfalls kann auch der Clan, die Familie anstelle des Kranken die Beziehung aufnehmen.

Die eben charakterisierten Beziehungsformen im Alltag gehen in unserer Zeit sehr oft in Richtung einer Bemühung um mehr Intimität, mehr Pflege der Gefühlswelt – gerade weil in der Anonymität der Moderne in vielen Bereichen unpersönliche Sachbeziehungen vorherrschen. Diesen Trend können wir auch in den Beziehungen zwischen Pt. und Th. konstatieren, wenn wir sie mit den vormodernen vergleichen. Beziehung ist auch hier ein ungemein wichtiges Mittel, um Identität zu konstituieren und damit ein wesentliches Mittel der Heilung. Ich nenne einige der Strukturmerkmale der modernen Psychotherapie. Sie ziehen sich durch die einzelnen Therapieformen in mehr oder weniger starken Akzentuierungen und haben mit unseren Vorstellungen von Alltagsbeziehungen ebenso viel zu tun wie mit den theoretischen Konzepten.

Neu an der modernen Beziehungsaufnahme zwischen dem Therapeuten und dem Kranken ist also

- die private Intimität, die auf Seiten des Patienten „Geständnischarakter“ hat
- die Verwendung der „inneren Stimme“, also des Authentischen bei diesem Geständnis
- Die meist explizite Vorstellung, daß die Beziehung selbst das Wichtigste ist beim Heilungsprozeß
- Die Vorstellung, daß Gesundwerden immer verbunden ist mit einer Änderung der Beziehungsform
- Die Bemühung des Therapeuten, eine ebenso „authentische“ Haltung bei sich selbst herzustellen und die dabei entstehenden Gefühle im Sinne der Heilung des Pt. zu verwenden
- Die Vorstellung, daß die Lebensgeschichte des Pt., insbesondere seine Kindheitsgeschichte eine wichtige Rolle spielt bei der Entstehung von Störungen.
- Die Vorstellung, daß der therapeutische Raum, gleichsam als Rahmen (für viele Therapien) die symbolische Repräsentation der Kindheit ist.

All dies geht konform mit der modernen Vorstellung, ja Notwendigkeit, sich über Beziehungen zu definieren. Der „signifikante andere“ gewährleistet mir dies ; der Therapeut als – in symbolischer Form- wichtigster Vertreter der „signifikanten

anderen“, vor allem der wichtigsten primären Bezugspersonen, hat also in besonderer Weise diese Funktion aufzunehmen.

Nun ist das Beziehungskonzept natürlich nicht für alle Therapieschulen das gleiche; im Sinne der Annäherung vieler Schulen aneinander allerdings lassen sich diese Konzepte nicht mehr so klar voneinander trennen wie noch vor 30 Jahren, wir finden aber überall Spuren der Unterschiede. Manche sind, schon ihrer äußeren Form wegen, eher dem Kapitel „Freundschaft“ zuzuordnen – so z.B. manche Formen der Gestalt- und Körpertherapie, manche finden eher Anlehnung an die Mutter-Kind Beziehung und bei manchen – z.B. bei den existentiellen Varianten der Humanistischen Therapie, steht die Liebesbeziehung Pate. Dies alles ist aber nicht in Sinne strenger Zuordnung zu sehen, wichtiger sind die jeweils in diesen allgemeinen Formen variierten Strukturmerkmale der Beziehung, so wie wir sie aus modernen Alltagsbeziehungen kennen.

Ich beginne mit einem Konzept der Beziehungen in der Psychotherapie, das sozusagen „vormodern“ und modern im gleichen Maß ist. Es ist das Konzept der ersten Verhaltenstherapeuten, bei denen ein funktionales Mittel-Zweck-Denken vorgeherrscht hat und gleichzeitig ein Konzept der „Dressur“, wie in den früheren Erziehungskonzepten, die dem Kind keine besondere Eigenart zugeschrieben haben, wo das Kind ein kleines Tier war, dem man per Dressur beizubringen hatte, wie es sich verhalten soll. Verhaltenstherapeuten der allerersten Zeit haben sich z.B. noch keine Gedanken gemacht darüber, ob es vielleicht besonders sensible Phasen gäbe, in denen man bestimmte Dinge „gelernt“ hat und wo man vielleicht in diesem Falle dann mit jeweils unterschiedlichen Methoden reagieren müßte, um Änderungen zu erreichen. Da ich selbst zur Generation dieser ersten Verhaltenstherapeuten (Vth.) gehöre, kann ich das sehr genau erinnern und weiß gut, daß wir einfach alles von der Technikseite her angesehen haben – nur unser gesunder Menschenverstand hinderte uns daran, die Beziehung selbst ganz außer Acht zu lassen. Es geschah aber intuitiv und so befolgte ich den Rat meines Vth. Supervisors **nicht**, der mir riet, einfach aufzustehen und aus dem Fenster zu blicken, wenn meine Pt. – wie ich beklagte – außer ihrem Symptom und ihren verordneten Übungen- immer wieder darauf zu sprechen kam, wie sehr ich sie persönlich enttäuscht hatte oder auch, wie sehr sie mich bewundere.

Das alles hat sich gewaltig verändert. Spuren davon aber finden sich, wenn z.B. gerade bei Vth. immer wieder in Frage gestellt wird, ob eine eigene Lehrtherapie wirklich wichtig sei, und zwar gerade wichtig im Sinne der Intimität des privaten „Geständnisses“.

Auch Systemische Therapeuten mit ihren oft distanzierenden Methoden der Beobachtung durch den Einwegspiegel haben solche Konzepte wiederum eingebracht in die Therapie. Kleine „Tricks“ – z.B. die Paradoxe Intervention- sorgen dafür, daß wir uns wirklich an Erziehungskonzepte älterer Provenienz erinnert fühlen.

Die Distanz des Vth. als eine Art „Arzt“ mit Verordnungsbefugnis und klaren „Erziehungskonzepten“ wurde in der ersten Phase als selbstverständlich angesehen.

Wenn wir dann die Psychoanalyse in ihren ersten Bemühungen also etwa bis vor den ersten Weltkrieg- ansehen, dann wird schon sehr viel mehr von den o.g. modernen Beziehungskonzepten eingebaut in die Behandlung.

Wir finden die Intimität der Geständnis-Situation sehr strikt gewahrt, die Symbolik des Therapieraumes als einer Situation der primären Beziehungen (im Konzept der Übertragung erstmals auch theoretisch gefaßt) und natürlich die reale Bedeutung der ersten Jahre, werden gleich zu Beginn in Konzepte gefaßt und technisch verwertet.

Allerdings finden sich noch eine Reihe von Spuren, die auf das alte distanzierte Arzt-Patient-Verhältnis hinweisen. Daß z.B. der Psychoanalytiker eigene Gefühle und Bedürfnisse- jeweils in Beziehung zur spezifischen Person des Kranken habe: das sollte, nach Freuds Vorstellung, nur in Geheimpapieren unter den Kollegen „verraten“ werden. Die „Gegenübertragung“ war nicht wünschenswert, wurde wohl auch oft als Beschuldigung verwendet. Es bedurfte einer langen theoretischen Geschichte, bevor eine sinnvolle Verwendung dieser „Gegenübertragung“ ermöglicht wurde.

Der „Geständnischarakter“ im streng privaten Rahmen allerdings wird in der Psychoanalyse sehr stark betont. Freud verwendet übrigens sogar einige Male dieses Wort: „Geständnis“. Daß die Patientin zuerst einmal partout nicht „gestehen“ wollte, wirft er Elisabeth von R. z.B. vor. Das Vertrauen, das solche Geständnisse voraussetzt, wird von ihm ebenfalls thematisiert, als die „milde unanständige Übertragung“, die einem prinzipiell vertrauensvollen sehr frühen Mutter-Kind-

Verhältnis geschuldet sei. Hier finden wir dann schon in den Konzepten einiges wieder, was dann – auch unter dem Einfluß der Psychoanalyse, die ja ihrerseits ein Produkt der Aufklärung ist -in der modernen Pädagogik eine große Rolle spielt, nämlich die Betonung der Kinderstube, auch der frühkindlichen Welt.

Sehr viel weniger als in späteren Phasen der Analyse bzw. späteren Therapieformen wird allerdings zuerst einmal explizit Wert gelegt auf die „Authentizität“, ein Konzept, das der Psychoanalyse fremd ist. Der Patient darf nicht lügen, das war klar. Daß er in einer besonderen Weise auf seine „innere Stimme“ hören solle: dieses Konzept ist bis heute eigentlich kein psychoanalytisches. Es ist die Arbeit des Psychoanalytikers an der Abwehr, die sozusagen von selbst darin gipfelt, daß der Mensch sich seiner „eigentlichen“ Person mit einem Teil der unbewußten Anteile bewußt wird. Daß sich damit neben der Heilung auch andere Beziehungsformen einstellen, die ganze Person ändern könnte: das wurde zwar sicher öfters gesehen, aber wenig thematisiert. Die Beziehung an sich ist noch nichts Heilendes. Auf spätere Konzepte der Psychoanalyse komme ich noch zu sprechen. Sie sind von der Humanistischen Therapie beeinflusst, egal ob man dies weiß oder nicht. (PsyA als in sich geschlossene Gruppe??).

Ganz anders sieht gleich zu Beginn das Beziehungskonzept bei den Humanistischen Therapien, allen voran bei Rogers, aus. Hier sind sozusagen alle der oben genannten Punkte erfüllt, die Beziehungsdefinition erinnert oft sehr stark an eine Liebesbeziehung.

Therapie ist bei ihm eine strikt private „von Mensch-zu-Mensch-Begegnung.“ Sie hat außerdem starken „Wiedergutmachungscharakter“, sie ist voll von Bemühungen beider Partner, in sich das „Authentische“ per innerer Evidenz zu finden. Der Therapeut verändert sich in dieser Begegnung immer wieder, so wie man sich in jeder menschlichen Begegnung, vor allem in der Liebe, verändert.

Dies alles ist auch theoretisch konzeptualisiert und hat auf das Therapiegesehen auch in anderen Lagern immensen Einfluß gehabt.

„Begegnung heilt“ ist hier das Credo, und zwar „echte Begegnung“ heilt. Der symbolische Raum soll gewährleisten, daß wirkliche Wiedergutmachung geleistet werden kann. Voraussetzung ist die Regression des Patienten, die erreicht werden

soll und ja wohl im Zustand großer Hilflosigkeit sich meist einstellt. Diese Variante erinnert dann schon sehr stark an die frühe Mutter-Kind-Position. Es dominiert aber in der Humanistischen Therapie eher die Position der Liebenden und der innigen Freundschaft.

Menschen, denen man in der Therapie solcherart „echt“ und „authentisch“ begegnet, ändern sich, sie begegnen sich und anderen ebenfalls echter und legen ihre „Fassadenhaftigkeit“ ab. Das war nie das Problem Freuds. Rollenhaftigkeit war für ihn kein Problem; er war noch ziemlich fest den gesellschaftlichen Vorgaben verhaftet, daß man Rollen adäquat zu erfüllen hatte, war selbstverständlich.

Erst in den Sechziger/Siebzigerjahren war für dieses Problem der Nährboden geschaffen: die „Charaktermaske“, die „gemachte Scheinwelt der Medien“, die „glänzende äußere Fassade bei innerer Verrottetheit“: das waren Themen eines neuen Medienzeitalters mit den vielen Verführungen durch den Konsum. Gepaart war es in der ersten Zeit mit kulturkritischem Pathos marxistischer Provenienz.

All dem wurde das „wahre Selbst“, die innere Evidenz entgegengesetzt. Die glatte bürgerliche Oberfläche wurde ganz besonders von den Gestalttherapeuten der eher humanistischen Richtung angegriffen. Die therapeutische Beziehung sollte nun wirklich aller Fassadenhaftigkeit entkleidet werden und so mutete manches in diesen frühen Gestalttherapien beziehungsmaßig auch recht brutal an.

Wie hat sich das aber auf die altmodische Dame Psychoanalyse ausgewirkt?

Wie immer bei dieser Therapierichtung wurde sehr viel davon theoretisch reflektiert, Konzepte wurde neu erfunden, Techniken geändert.

Die Betonung der Gegenübertragung, das Arbeiten **in** der Übertragung, das „Hier-und-Jetzt“-Prinzip: das alles wurde theoretisch gestützt und praktiziert.

Wenn Sandler vom „Gegenwartsunbewußten“ sprechen, wenn störungsspezifisch davon gewarnt wird, genetisch vorzugehen bei frühen Störungen; wenn die Gegenübertragung ins Blickfeld gerät und immer wieder als große Hilfe bei der Therapie verwendet wird: dann zeugt das alles von einer Teilhabe an den modernen Konzepten von der Wichtigkeit der Beziehung im privaten Raum.

Die Objektbeziehungstheoretiker haben den theoretischen Nährboden geschaffen für ein Konzept der Beziehung innerhalb der Psychoanalyse, bei dem die haltende und empathische Funktion der Mutter mehr als die früher so wichtige Deutung eine große Rolle spielt.

Bei Heinz Kohut ist dann die Spezifität des Psychoanalyse schon kaum mehr zu spüren; vielerorts wurde ihm vorgeworfen, er sei ein humanistischer Therapeut. Die Deutung als Königsweg der Therapie (also die Bewußtmachung) tritt bei ihm besonders prägnant zurück zugunsten der warmen dyadischen Mutter-Kind-Beziehung, was natürlich auch bei den Psychoanalytikern wiederum Gegenbewegungen hervorgerufen hat.

Mit einem Wort: auch die Psychoanalyse (wie übrigens implizit auch die VT) ist von den modernen Beziehungsformen geprägt worden und hat dies auch in mancherlei theoretischen Konzepten nachgearbeitet.

Mehr denn je aber – darüber sind sich alle Therapeuten klar- ist die Beziehung innerhalb der Therapie wichtig: als eine Kraft, die vorangegangene Wunden, die über die kindlichen Beziehungen entstanden sind, durch die Beziehung wieder schließen kann. Und diese Vorstellung hängt eng zusammen mit dem modernen Konzept der Identitätsvorstellung: wer ich bin, das sage ich mir nicht nur selbst, sondern in besonderer Weise der jeweils wichtige andere Mensch, speziell derjenige, mit dem mich eine intime Beziehung verbindet. In den Phasen einer gut gelingenden Psychotherapie ist dies der Psychotherapeut.