



Psychotherapeutische **Dialoge**

# **Persönlichkeit und Bindung in der therapeutischen Beziehung**

Eva Neumann und  
Rainer Sachse

im Gespräch mit Uwe Britten



*Psychotherapeutische* **Dia|oge**

Herausgegeben von Uwe Britten

Eva Neumann/Rainer Sachse

# **Persönlichkeit und Bindung in der therapeutischen Beziehung**

Eva Neumann und Rainer Sachse  
im Gespräch mit Uwe Britten

Mit 2 Abbildungen

Vandenhoeck & Ruprecht

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:  
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.de> abrufbar.

© 2018, Vandenhoeck & Ruprecht GmbH & Co. KG,  
Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen  
Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Umschlagabbildung: [dalinas/shutterstock.com](https://www.dalinas/shutterstock.com)

Texterfassung: Regina Fischer, Dönges  
Korrektur: Edda Hattebier, Münster; Peter Manstein, Bonn  
Satz: SchwabScantechnik, Göttingen  
EPUB-Produktion: Lumina Datamatics, Griesheim

**Vandenhoeck & Ruprecht Verlage | [www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com](http://www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com)**

ISSN 2566-753X  
ISBN 978-3-647-90118-3

# Inhalt

## **Person und Persönlichkeit verstehen**

Die Unmöglichkeit der Konsistenz

Empathie und Empathiegrenzen

Das therapeutische Beziehungsangebot

## **Die sozialkulturelle Konstruktion der Persönlichkeit**

Was ist eine »Persönlichkeit«?

Die Stigmatisierungsfalle

Zur Stabilität von Persönlichkeitsmustern

Person, Situation und Bindungsverhalten

Begrifflichkeiten verändern!

## **Persönlichkeit und Bindungsmuster bei Klienten *und* Therapeuten**

Bindungsmuster und therapeutische Begegnung

Wenn zwei Muster aufeinanderkrachen

## **Herausforderungen der Therapeut-Klient-Interaktion**

Manipulieren

Konfrontieren

Scheitern

## **Vom gelingenden Schluss**

Gute Lösungen lernen

Die Virtualisierung von Beziehungen

## **Ausgewählte Literatur**

**B**ochum, Juli 2017. In einer kleinen Nebenstraße treffen sich Professor Rainer Sachse und Doktorin Eva Neumann im Institut für Psychologische Psychotherapie, um über das Zusammenwirken von Persönlichkeitsstrukturen und Bindungsmustern zu sprechen. »Bindung« ist in der Psychotherapie noch ein vergleichsweise neues Thema und gilt – ähnlich wie die Persönlichkeit eines Menschen – als relativ stabiler Aspekt einer Person, der sich in jeder zwischenmenschlichen Begegnung finden lässt und damit auch für die Passung von Therapeut und Klient von großer Bedeutung ist. Das heißt, dass Therapeutinnen und Therapeuten selbst ihre eigenen Muster gut kennen sollten für ihre Beziehungsarbeit während der Psychotherapie. Insbesondere bei stark akzentuierten Persönlichkeitsstilen mit ihrer Notwendigkeit, die Klientinnen und Klienten auch mal entschieden zu konfrontieren, ist die Beziehungsgestaltung überaus wichtig und gelingt am besten, wenn Interventionen adäquat die Bindungsstruktur mitberücksichtigen.



*Eva Neumann*, Dr. phil., Jahrgang 1962, ist als Wissenschaftliche Mitarbeiterin am Forschungsinstitut für Seelische Gesundheit am LWL-Universitätsklinikum der Ruhr-Universität Bochum tätig. Ihre Forschungsschwerpunkte liegen auf der klinischen Bindungsforschung, den Krankheitsbildern Persönlichkeitsstörungen, Depression und Somatoforme Störungen sowie den psychodynamischen Therapieansätzen. In der Lehre beschäftigt sie sich mit der Kommunikation im Gesundheitswesen. Sie tritt für eine klare und auch konfrontative Herangehensweise in der Psychotherapie ein und veröffentlichte mehrere empirische Studien und Übersichtsartikel zum Thema »Bindung und Persönlichkeitsstörungen«.

Zum Zeitpunkt des Gesprächs war sie Wissenschaftliche Mitarbeiterin in der Abteilung für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie des LVR-Klinikums Düsseldorf, Kliniken der Heinrich-Heine-Universität.



*Rainer Sachse*, Prof. Dr., Jahrgang 1948, ist Professor am Institut für Psychologische Psychotherapie der Ruhr-Universität in Bochum. Ausgehend von der Gesprächspsychotherapie und in Verbindung mit der kognitiven Verhaltenstherapie entwickelte er die »Klärungsorientierte Psychotherapie«, in der es insbesondere darum geht, den Klientinnen und Klienten jene psychodynamischen Schemata und Verhaltensmuster bewusst zu machen, die zu ihren Interaktions- und Beziehungsstörungen führen. Besonders bei Persönlichkeitsstörungen sind solche Schemata verantwortlich für die biografisch sehr stabilen und Veränderungen nur schwer zugänglichen Verhaltensmuster. Auch er plädiert entschieden dafür, Menschen mit starken Persönlichkeitsbeeinträchtigungen zu konfrontieren, und hält alles andere für einen Kunstfehler der Psychotherapie. Zu seinen Hauptveröffentlichungen zählen »Klärungsorientierter Psychotherapie von Persönlichkeitsstörungen. Grundlagen und Konzepte« sowie »Persönlichkeitsstörungen verstehen. Zum Umgang mit schwierigen Klienten«. Außerdem ist er Mitherausgeber der Schriftenreihe »Klärungsorientierte Psychotherapie«.

# PERSON UND PERSÖNLICHKEIT VERSTEHEN

*»Je besser Therapeuten empathisch sein können, also die Klienten mit ihrer Dynamik verstehen, desto mehr treten ihre eigenen Vorurteile zurück.«*

Rainer Sachse

## Die Unmöglichkeit der Konsistenz

*Frau Doktorin Neumann, Kinder und Enkelkinder von deutschen Nazis mussten oft nach dem Krieg erkennen, dass sie ihre Väter abends und in der freien Zeit als liebevolle Väter erlebt hatten, dass dieselben Väter aber tagsüber in ihren Büros die Befehle für den Abtransport von Männern, Frauen und Kindern in Konzentrationslager ausgaben und unterschrieben. Wie erklären Sie solche Geschichten?*

NEUMANN Ähnliche Beispiele gibt es heute auch noch, und zwar Männer, die Kinder sexuell misshandeln und sogar töten, die aber gleichzeitig eine eigene Familie haben und ihren Kindern gegenüber sehr liebevoll sind. Die Familienmitglieder dieser Täter fallen aus allen Wolken,

wenn sie erfahren, was ihr Vater und Ehemann getan hat. Ich denke, dass diese Täter situationsabhängig reagieren; sie leben innerlich in zwei Welten. Wahrscheinlich empfinden sie für ihre eigenen Kinder wirklich Liebe; ich glaube jedenfalls nicht, dass sie sich verstellen, die Gefühle scheinen wirklich vorhanden zu sein. Bei ihren Opfern allerdings schalten sie die Empathie aus. Sie nehmen sie nicht mehr als Mitmenschen beziehungsweise als kleine, schutzbedürftige Kinder wahr, sondern sehen nur noch ihre eigenen Bedürfnisse und befriedigen diese. Sie reagieren situationsabhängig: Je nachdem, mit welchen Personen sie zu tun haben, handeln sie komplett verschieden.

SACHSE Mir fallen dazu die klassischen Milgram-Studien aus der Sozialpsychologie ein, in denen untersucht wurde, wie weit Leute Anweisungen von Autoritätspersonen folgen, bei denen sie anderen Schmerzen zufügen. Es wurde herausgefunden, dass die meisten Personen bereit waren, anderen Schmerzen zuzufügen, selbst wenn die angeblichen Opfer darum baten, es nicht zu tun. Stanley Milgram hat gesagt, man finde im Grunde in jeder Kultur und in jeder einzelnen Stadt genug Menschen, die das tun. Ich erinnere mich noch, dass er mal gesagt hat, er würde in jeder kleineren amerikanischen Stadt genug Leute aufreiben, um ein Konzentrationslager zu betreiben.

Das ist ein ganz generelles Phänomen: Wenn ich Menschen habe, die autoritätsgläubig sind, dann tun sie das, was man ihnen sagt, ohne dass sie selbst Psychopathen sind. Natürlich gab es unter den Nazi-Größen sehr viele Psychopathen, aber da gilt das eben nicht, worauf Eva gerade verwiesen hat, denn die konnten wirklich nicht empathisch sein. Die konnten zwar auch Empathie abschalten, aber erst einmal schaffen solche Menschen es kaum mehr, emotionale Empathie

überhaupt zu realisieren. Das, was du, Eva, sagtest, gilt tatsächlich für den normalen Bürger: Ich bin ein liebevoller Vater; wenn ich aber in einen anderen Kontext wechsele, dann tue ich das, was dort von mir erwartet wird, ganz egal, was es ist.

Dieser Aspekt, Empathie abzuschalten, ist empirisch sehr gut belegt. Es gibt Menschen, die können das relativ leicht. Sie können völlig abschalten, dass sie Schmerz zufügen, dass es anderen schlecht geht aufgrund ihrer Handlungen. Dadurch kommen solche *vermeintlichen* Paradoxien zustande – tatsächlich aber sind die, glaube ich, weniger paradox, als man denkt. Wir nehmen viel zu oft an, Menschen seien konsistent, seien völlig »einheitlich«. Das ist nicht der Fall.

*Warum bringen wir denn den Menschen nicht auf den berühmten einen Punkt?*

SACHSE Weil es keinen berühmten einen Punkt gibt. Das sieht man bei unseren Klienten übrigens auch immer, dass die fragen: Ich merke mehrere widersprüchliche Tendenzen in mir, wie kann das sein? Aber das ist völlig normal. Wir sind nicht einheitlich. Wir haben völlig unterschiedliche Bedürfnisse, völlig unterschiedliche Normen, völlig unterschiedliche Moralvorstellungen und wechseln, wie Eva schon sagte, zwischen diesen situationsabhängig. In diesem Kontext leben wir die einen Persönlichkeitsanteile, im anderen Kontext die anderen. Ich glaube, wir müssen endlich mal begreifen, dass das völlig normal ist und dass es so etwas wie eine konsistente und einheitliche »Person« nur in der Fiktion gibt.

NEUMANN Es gibt in der Sozialpsychologie den Begriff des Akteur-Beobachter-Unterschieds. Damit ist gemeint, dass

Menschen von anderen annehmen, sie würden immer gemäß ihren Einstellungen handeln. Daher schließen sie aus den Handlungen einer Person auf deren Einstellung. Die beurteilten Personen selbst sehen das oft anders. Sie sehen sich eher von äußeren Zwängen geleitet und handeln dann danach. Das heißt, die Person würde nicht sagen, dass das, was sie gerade tut, ihrer Einstellung entspricht, sondern sie denkt eher: »Ich tue das, weil dies und das mich dazu veranlassen.« Ein gutes Beispiel hierfür wäre eine Arbeit, die einem keinen Spaß macht. Hier ist es nicht so, dass die Person die Arbeit wegen eines echten Interesses und aus einem inneren Antrieb heraus macht, sondern sie tut es schlicht wegen des Geldes. Sie ist in diesem Bereich außengesteuert und erlebt das selbst auch so.

*Würden Sie sagen, dass bei den oben genannten Beispielen alles einzig und allein über dieses Einsteigen in die und Aussteigen aus der Empathie funktioniert?*

SACHSE Nein. Es gibt ganz unterschiedliche Annahmen oder Schemata. Das ist auch wieder so diese Vorstellung, dass wir »eigentlich« einem einheitlichen Konstrukt oder einer geschlossenen Annahme folgen würden, dass wir keine Annahmen hätten, die sich gegenseitig beißen oder ausschließen würden. Doch, das ist so.

Ich habe Klienten, wenn man denen zuhört, bekommt man den Eindruck, dass die massive Vorurteile gegenüber Flüchtlingen, Muslimen oder insgesamt Ausländern haben, aber wenn man sie sieht, wie sie mit denen interagieren, dann handeln sie diesen Menschen gegenüber völlig sozial. Das heißt, sie haben Einstellungen und Annahmen, die völlig inkompatibel sind. Sie wechseln sozusagen von einem »State of Mind« in den anderen, also von einem mentalen Zustand in

einen anderen. Das genau führt eben dazu, dass, wie Eva sagt, wir Menschen nicht »konsistent« sind. In einigen Kontexten sind bestimmte Annahmen aktiviert, in anderen Kontexten andere, und wenn wir beide Kontexte sehen, könnten wir auf die Idee kommen, es seien zwei verschiedene Personen. Also, noch mal: Das ist völlig normal.

Als ich zum ersten Mal mit ungefähr achtzehn Jahren George Orwells »1984« gelesen habe, in dem der Begriff »Zwiedenken« vorkommt, dass man also zwei Annahmen hat, die überhaupt nicht kompatibel sind, habe ich gedacht, das könne ja gar nicht sein. Ich muss heute sagen, nach vierzig Jahren Psychotherapie, dass genau das völlig normal ist.

NEUMANN Bei Leuten, die Straftaten begehen wie schwere Gewaltakte gegenüber anderen, wie etwa in der Nazi-Zeit, sollte man auch bedenken, dass das damals nicht strafbar war. Dennoch handelte es sich um schwere Gewaltverbrechen bis hin zum Mord. Eine Rolle spielt hier sicherlich auch eine narzisstische Komponente: Diese Menschen ziehen eine Befriedigung daraus, Macht über andere zu haben. Andere zu demütigen und zu verletzen scheint solchen Menschen etwas zu geben. Wenn sie in Situationen sind, in denen ein solches Verhalten straffrei möglich ist, nutzen sie sozusagen die Gelegenheit und schlagen zu. Drohen ihnen hingegen Sanktionen, verhalten sie sich durchaus wieder sozial angepasst.

*Sie sprachen das Flüchtlings- und Ausländerthema an: Fremdenfeindlichkeit hat es immer gegeben, aber die vom christlich-islamischen Konflikt angeheizte Auseinandersetzung um Flüchtlinge hat nicht nur in Deutschland eine Schärfe erhalten, die mich zutiefst erschreckt hat. Die humane Geste einer Regierung führt in der Bevölkerung zu tiefer Ablehnung. Überall, wenn man*