



Ingeborg Volger

Tiefenpsychologische Paartherapie und -beratung

Ein Leitfaden für die Praxis

V&R



Ingeborg Volger

Tiefenpsychologische Paartherapie und -beratung

Ein Leitfaden für die Praxis

Vandenhoeck & Ruprecht

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

© 2023 Vandenhoeck & Ruprecht, Theaterstraße 13, D-37073 Göttingen,
ein Imprint der Brill-Gruppe
(Koninklijke Brill NV, Leiden, Niederlande; Brill USA Inc., Boston MA, USA;
Brill Asia Pte Ltd, Singapore; Brill Deutschland GmbH, Paderborn, Deutschland;
Brill Österreich GmbH, Wien, Österreich)
Koninklijke Brill NV umfasst die Imprints Brill, Brill Nijhoff, Brill Hotei,
Brill Schönigh, Brill Fink, Brill mentis, Vandenhoeck & Ruprecht, Böhlau,
V&R unipress und Wageningen Academic.

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: Gabriele Lennarz, Dämmerung

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen

Vandenhoeck & Ruprecht Verlage | www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com

ISBN 978-3-647-45029-2

Inhalt

Einführung	9
1 Paardynamik aus tiefenpsychologischer Perspektive	15
1.1 Liebesbeziehungen: Ersehnt und voller Konflikte	15
1.2 Konflikt und Paardynamik	17
1.3 Biografie und Partnerschaftsvorstellung	18
1.4 Biografie und Persönlichkeitsstruktur	21
1.4.1 Depressive Persönlichkeitsstruktur und Partnerschaft	22
1.4.2 Zwanghafte Persönlichkeitsstruktur und Partnerschaft	23
1.4.3 Histrionische Persönlichkeitsstruktur und Partnerschaft	24
1.4.4 Narzisstische Persönlichkeitsstruktur und Partnerschaft	25
1.4.5 Persönlichkeitsstrukturen prägen die Paardynamik	26
1.5 Biografie, Bindungsstile und Bindungsrepräsentanzen	27
1.5.1 Autonome Bindungsrepräsentanz	28
1.5.2 Unsicher-distanzierte Bindungsrepräsentanz	29
1.5.3 Verstrickte Bindungsrepräsentanz	30
1.5.4 Desorganisierte Bindungsrepräsentanz	31
1.6 Biografie und Partnerwahl	32
1.6.1 Partnerwahl als Wiederholung und Wunsch nach Lösung alter Konflikte	33
1.6.2 Zwei Modi der Partnerwahl	37
1.7 Entwicklungen in Partnerschaften	43
1.8 Auslöser für Krisen	45
1.9 Störungen in Partnerschaften	47
2 Kommunikation aus tiefenpsychologischer Perspektive	53
2.1 Paare erzählen sich Geschichten	53
2.2 Komponenten der Kommunikation	56
2.3 Kommunikationsmodelle	57
2.4 Kommunikation in Paarbeziehungen	60
2.4.1 Alltagskommunikation: Ein komplexer Prozess	61
2.4.2 Selbstexploration zur Beziehungsebene	65

2.5	Kommunikation und biografische Erfahrungen	66
2.5.1	Kommunikation als Widerspiegelung des Innen im Außen	67
2.5.2	Kommunikation als Inszenierung von Abwehr	68
2.5.3	Kommunikation als Mentalisierung innerer Prozesse	70
2.6	Kommunikationsstörungen in Partnerschaften	72
2.6.1	Externalisierung dysfunktionaler Repräsentanzen in der Partnerwahl	72
2.6.2	Eingeschränkte Fähigkeit zur Affektwahrnehmung und Mentalisierung	75
2.6.3	Fehlende affektive Beziehungskommunikation	81
3	Tiefenpsychologische Paartherapie und -beratung:	
	Konzept und Methodik	85
3.1	Zentrale Positionen	85
3.1.1	Das gemeinsame unbewusste Thema	85
3.1.2	Zirkularität und Interpunktion	86
3.1.3	Polarisierung und Ambivalenzspaltung	87
3.1.4	Reinszenierung biografischer Themen	87
3.2	Grundannahmen tiefenpsychologischer Paartherapie und -beratung	88
3.3	Gestaltung der beraterisch-therapeutischen Beziehung	89
3.3.1	Empathische Beziehungsaufnahme	90
3.3.2	Empathisches Sinnverstehen	92
3.4	Die Übertragungsbeziehung	93
3.5	Funktionen der Paartherapeutin und -beraterin	95
3.6	Die Interventionen	98
3.6.1	Das Beschreiben	99
3.6.2	Das Benennen von Interdependenzen	100
3.6.3	Das Konfrontieren	102
3.6.4	Das Deuten	102
3.6.5	Das Anregen	105
3.7	Das Zwiebelmodell: Ebenen psychodynamischer Interventionen . . .	106
3.8	Ein Therapie- und Beratungsprozess im Überblick	109
3.8.1	Perspektive der Paardynamik	110
3.8.2	Perspektive der Reinszenierung biografischer Themen	112
3.8.3	Perspektive der Initiierung von Veränderungen	114
4	Tiefenpsychologische Paartherapie und -beratung:	
	Praxis und Methodik	117
4.1	Ziele tiefenpsychologischer Paartherapie und -beratung	117
4.2	Das Therapie- und Beratungssetting	118

4.3	Die Anfangsphase	120
4.3.1	Kontaktaufnahme und Inhalte des Erstgesprächs	120
4.3.2	Exploration der Paardynamik	122
4.3.3	Die Schlussintervention	127
4.3.4	Die Übertragungsbeziehung: Inszenierung eines Paarkonflikts	130
4.3.5	Therapie- und Beratungskontrakt	136
4.3.6	Essentials der Anfangsphase	137
4.4	Die Mittelphase	138
4.4.1	Ziele der Mittelphase	138
4.4.2	Beschreibung der Paardynamik	139
4.4.3	Wahrnehmung von Reinszenierungen	140
4.4.4	Formulierung des gemeinsamen unbewussten Themas	147
4.4.5	Bearbeitung von Widerständen	151
4.4.6	Auflockerung der Ambivalenzspaltung	153
4.4.7	Initiierung von Veränderungen	156
4.4.8	Essentials der Mittelphase	158
4.5	Die Schlussphase	159
4.5.1	Beendigung der Paartherapie und -beratung	159
4.5.2	Bilanzierung des Therapie- und Beratungsprozesses	159
4.5.3	Die Prophylaxe	162
4.5.4	Essentials der Schlussphase	163
5	Abwehr und Widerstand in der Paartherapie und -beratung	165
5.1	Abwehr	165
5.1.1	Innerpsychische Abwehr und ihre interpersonellen Folgen	165
5.1.2	Komplementäre interpersonelle Abwehrformen	168
5.1.3	Bearbeitung von Abwehr	170
5.2	Widerstand	175
5.2.1	Dynamik von Widerstand	177
5.2.2	Äußerung von Widerständen: Formale Aspekte	178
5.2.3	Äußerung von Widerständen: Beziehungsdynamische Aspekte	179
5.2.4	Widerstand und Angst	180
5.2.5	Widerstände des Paartherapeuten und -beraters	181
5.2.6	Arbeit am Widerstand: Grundlegende Fragestellungen	182
5.2.7	Widerstand in der Anfangsphase	184
5.2.8	Widerstand in der Mittelphase	187
5.2.9	Vom Paartherapeuten und -berater induzierter Widerstand	193
5.3	Essentials	195

6	Übertragung in der Paartherapie und -beratung	197
6.1	Übertragung in Partnerschaften	197
6.2	Übertragung und Gegenübertragung in der Therapie und Beratung	199
6.3	Theoretische Konzeptionen zur Übertragung	202
6.4	Übertragung im triadischen Therapie- und Beratungssetting	204
6.5	Übertragungsformen in der Paartherapie und -beratung	206
6.5.1	Polarisierte Übertragung	207
6.5.2	Gemeinsame Übertragung	209
6.6	Gegenübertragung im triadischen Therapie- und Beratungssetting	210
6.7	Übertragung im Prozess der Paartherapie und -beratung	213
6.7.1	Übertragung im Erstgespräch	214
6.7.2	Paarbiografie und Übertragung	216
6.7.3	Biografie und Partnerwahl	219
6.7.4	Übertragung und Widerstand	222
6.7.5	Bearbeitung von Reinszenierungen	225
6.8	Essentials	231
7	Die Persönlichkeit der Paartherapeutin und -beraterin	233
7.1	Die Persönlichkeitsstruktur	234
7.1.1	Reaktualisierung innerer Konfliktthemen	235
7.1.2	Reflexion biografischer Erfahrungen	239
7.2	Das Geschlecht und die Geschlechtsidentität	240
7.2.1	Die Rolle von genderspezifischen Signalen	241
7.2.2	Gendertypische thematische Differenzen	244
7.2.3	Reflexion persönlicher Genderausformungen	245
7.3	Die triadische Kompetenz des Paartherapeuten und -beraters	246
7.3.1	Exkurs: Triangulierung im Entwicklungsverlauf	246
7.3.2	Triangulierungsstörungen in der Paartherapie und -beratung	250
7.3.3	Reflexionen zur triadischen Kompetenz	252
7.4	Die empathische Kompetenz des Paartherapeuten und -beraters	253
7.4.1	Empathie in triadischen Therapie- und Beratungsbeziehungen	253
7.4.2	Empathiestörungen	255
7.4.3	Reflexionen zur empathischen Kompetenz	258
	Literatur	260

Einführung

Partnerschaften und Ehen sind heute mit hohen Anforderungen konfrontiert, da die Partner und Partnerinnen in sie große Erwartungen und Sehnsüchte setzen. Partnerschaften waren über lange Zeit Versorgungsgemeinschaften, die die ökonomische und gesellschaftliche Situation der Familie absichern sollten. Dies bedingte über Jahrhunderte hinweg eine eklatante Asymmetrie zwischen den Geschlechtern, indem die Frauen in der Regel in ökonomischer und rechtlicher Abhängigkeit von ihrem Mann lebten. Mit der zunehmenden Auflösung von Orientierung gebenden Institutionen und Werten und der Zunahme von Wahlmöglichkeiten veränderte sich auch im Zusammenhang mit der fortschreitenden ökonomischen Eigenständigkeit der Frauen die geschlechtsspezifische Machtdynamik. Partnerschaften müssen nicht mehr aus ökonomischen Gründen aufrechterhalten werden, die Verfolgung des persönlichen Glücks wird denkbar. So wird das Beziehungsleben mit Sehnsüchten besetzt, die von realen Partnern kaum einzulösen sind. Nicht nur das seit der Romantik etablierte Bild von Partnerschaft, das Gefühle in den Mittelpunkt der Beziehung rückte, wurde bedeutsam, der Partner soll nun auch zahlreichen anderen Anforderungen genügen. So werden weitreichende Hoffnungen mobilisiert, gemeinsam mit der geliebten Person die eigenen Lebensziele und Ideale verwirklichen zu können, vom Partner die Liebe und Anerkennung zu erhalten, die bisher schmerzlich vermisst wurde, und die Suche nach der eigenen Identität zu befördern. Zumeist wird diese Idealisierung von Partnerschaft nicht als Ausdruck und Projektion innerer Themen gesehen, sondern als reale Lebensmöglichkeit. Umso ernüchternder sind die Enttäuschungen, wenn auf die große Sehnsucht das Scheitern folgt.

Unter psychoanalytischer Perspektive ist die meist unbewusste Hoffnung, mit einem Partner biografisch bedingte alte Verletzungen zu heilen und gemeinsam eine neue Paaridentität zu entwickeln, ein »normales« und progressives Motiv der Partnerwahl. Damit einhergeht allerdings auch die ebenfalls unbewusste Wiederholung alter Beziehungsthemen, die nun die Partner-

schaft mit kaum lösbaren Konflikten beschweren. In diesem Spannungsfeld zwischen der Hoffnung auf die Lösung alter Konflikte und deren gleichzeitiger Reinszenierung in der Paarbeziehung leben Paare oft in großer Konflikthaftigkeit, Enttäuschung und Entfremdung miteinander. Viele von ihnen suchen dann Unterstützung und Hilfe bei der Klärung ihrer Probleme in einer Paartherapie oder -beratung. Innerhalb derartiger Prozesse wird den Beteiligten oft sehr schmerzhaft bewusst, dass sie den Partner oder die Partnerin vorwiegend aus ihrer persönlichen inneren Sicht und Bedürfnislage wahrgenommen haben und weniger als eigenständige Person. Damit werden Differenzen offenkundig, die bisher auf vielfältige Weise ignoriert oder bekämpft wurden, nun aber integriert werden müssen, um eine neue Paardefinition entwickeln zu können. Dies ist ein anspruchsvoller, oft auch schmerzhafter Weg für das Paar, der eine Kenntnis der eigenen inneren Welt ebenso voraussetzt wie die des Partners und auf dem darüber hinaus eine Sprache gefunden werden muss, um darüber zu kommunizieren.

Tiefenpsychologische Paartherapie und -beratung unterstützt Paare in diesem Verstehens- und Entwicklungsprozess. Vor dem Hintergrund eines differenzierten diagnostischen Modells werden mit dem Paar die Besonderheiten seiner Paardynamik erarbeitet und ein Verständnis für deren individuelle Erscheinungsform entwickelt. Damit zielt tiefenpsychologische Beratung darauf ab, dem Paar einen Zugang zu inneren Themen und Prozessen zu ermöglichen, die selbst tiefe Beziehungskrisen als nachvollziehbare Entwicklungen verständlich machen. Auf der Basis dieser Erfahrung von Sinnhaftigkeit werden dann gemeinsam Veränderungsmöglichkeiten ausgelotet und der mühsame Prozess der Aufgabe alter Positionen und Verhaltensweisen angeregt und begleitet.

Vonseiten des Therapeuten oder der Beraterin erfordert die tiefenpsychologische Arbeit mit Paaren ein profundes Wissen über paardynamische Prozesse und deren psychodynamische Hintergründe. Sie beinhaltet zugleich eine besondere methodische Kompetenz, da die Arbeit in einem triadischen Setting sehr anspruchsvoll ist. Therapeutinnen und Berater müssen in der Lage sein, sich gleichzeitig in die innere Welt zweier unterschiedlicher Menschen hineinzusetzen, ohne dabei ihre Allparteilichkeit aufzugeben. Zugleich müssen sie bereit sein, sich von den unterschiedlichen Beziehungsangeboten der Partner berühren zu lassen, um die in Szene gesetzten Beziehungsthemen als gemeinsame Themen des Paares verstehen zu können. Und schließlich bedarf es vieler therapeutischer Fertigkeiten, um die Empathie- und Sprachfähigkeit der Partner so weitgehend zu verbessern, dass es ihnen gelingt, die erlebte Unterschiedlichkeit immer wieder kommunikativ zu überwinden.

Das vorliegende Buch gibt allen Paartherapeutinnen und -beratern einen theoretischen und praxisorientierten Leitfaden an die Hand, wie der Prozess tiefenpsychologischer Paartherapie und -beratung gestaltet werden kann.

In den Kapiteln eins und zwei findet sich ein Überblick über unterschiedliche tiefenpsychologische Konzeptualisierungen von Paardynamik und Kommunikation innerhalb von Paarbeziehungen.

In Kapitel drei wird das tiefenpsychologische Therapie- und Beratungskonzept ausführlich dargestellt und seine Anwendung mit vielen konkretisierenden Beispielen veranschaulicht.

In Kapitel vier werden am Beispiel einer Falldarstellung die verschiedenen Phasen des beraterisch-therapeutischen Prozesses mit ihren jeweils spezifischen Zielen und Anforderungen mithilfe ausführlicher Stundenprotokolle dargestellt.

In Kapitel fünf und sechs werden, ebenfalls mit differenziertem Fallmaterial, die für die tiefenpsychologische Arbeit mit Paaren zentralen Konzepte von Übertragung, Abwehr und Widerstand veranschaulicht.

Das letzte Kapitel widmet sich der Bedeutung der Persönlichkeit des Therapeuten bzw. der Beraterin. Hier sind zu wesentlichen, Therapie und Beratung beeinflussenden Aspekten nicht nur theoretische Ausführungen zu finden, sondern auch gezielte Fragestellungen für die persönliche Selbstexploration.

Die Kapitel sind so aufgebaut, dass sie ein Thema jeweils abschließend behandeln. Da die dargestellten Themen auf grundlegenden Prämissen der psychoanalytischen Theorie beruhen, kann es dabei zu Überschneidungen mit anderen Kapiteln kommen. An verschiedenen Stellen beziehe ich mich auf Ausführungen, die bereits in anderen Veröffentlichungen entwickelt wurden, etwa Volger (1999, 2002, 2021) sowie Volger und Merbach (2010).

Wie aus dem Titel des Buches ersichtlich ist, unterscheidet das hier vorgestellte Konzept nicht zwischen tiefenpsychologischer Paartherapie und -beratung. Im Gegensatz zur Arbeit mit Einzelnen ist eine inhaltliche Unterscheidung der beiden Formate bei der Arbeit mit Paaren nicht möglich. Abgrenzungskriterien zwischen tiefenpsychologischer Einzelberatung und tiefenpsychologischer Kurzzeittherapie beziehen sich in erster Linie auf die Frage, inwieweit das Gesundheitssystem für die Behandlung einer Störung aufzukommen hat. Daraus ergeben sich verschiedene Implikationen, wie beispielsweise die Erstellung von Diagnosen durch den Therapeuten und ein hoher Professionalisierungsgrad des Psychotherapeutenberufs mitsamt eines geschützten Titels.

All dies spielt im Kontext der Arbeit mit Paaren keine Rolle, da es sich bei der Bezeichnung »Paartherapeut« nicht um einen geschützten Titel handelt, keine feste Weiterbildungsordnung existiert und es bisher für tiefenpsychologische Paartherapie keine Kassenfinanzierung gibt. Die dort vorgesehene

Möglichkeit des »Einbezugs einer Bezugsperson« würde dem hier vorgestellten Therapie- und Beratungskonzept nicht entsprechen, da sie von der Markierung eines Indexpatienten ausgeht und nicht von der Gleichwertigkeit der Partner. Das professionelle Selbstverständnis der in diesem Arbeitsfeld tätigen Kolleginnen und Kollegen wird eher durch den eigenen Professionalisierungsprozess bestimmt. So bezeichnen sich Psychotherapeuten, die mit Paaren arbeiten, als Paartherapeuten, während Sozialarbeiterinnen, Pädagogen, Psychologinnen etc. ohne psychotherapeutische Weiterbildung sich eher als Paarberater definieren. Dies findet sich auch im institutionellen Kontext wieder: Kolleginnen und Kollegen, die in einer Beratungsstelle arbeiten, sind in der Selbst- und Fremdwahrnehmung eher Paarberater, während diejenigen in freier Praxis sich, abhängig von der jeweiligen Grundprofession, als Paarberater und/oder Paartherapeutinnen bezeichnen. Inhaltliche Unterschiede in der Arbeit von Paartherapeuten und Paarberatern kann ich nach meiner langjährigen Tätigkeit als Supervisorin nicht definieren.

Dieses Buch ist aus der jahrelangen Zusammenarbeit und Diskussionen mit den Kolleginnen und Kollegen des Evangelischen Zentralinstituts für Familienberatung in Berlin entstanden. An dieser Stelle möchte ich meinen Kolleginnen Sabine Hufendiek und Annelene Mayer sowie meinen Kollegen Martin Merbach und Achim Haid-Loh danken, die in den letzten Jahren dieses Konzept der Paarberatung maßgeblich mit- und weiterentwickelt haben.

Ganz besonders danke ich Gabriele Lennarz, Friedrich-Wilhelm Lindemann und Martin Merbach. Durch ihre kontinuierliche Unterstützung haben sie mir geholfen, dieses Buch zu schreiben, und durch ihre Anregungen, es zu verbessern.

Gabriele Lennarz, mit der ich alle psychoanalytischen Fragestellungen diskutieren konnte, danke ich für ihre umfassende Unterstützung und Begleitung und ihre Bereitschaft, ihr Bild »Dämmerung« für die Gestaltung des Umschlags zur Verfügung zu stellen.

Friedrich-Wilhelm Lindemann danke ich für seine stetige Unterstützung meines Schreibens, die lebendigen Falldiskussionen und die wertvollen Anregungen, die der Lesbarkeit des Buches zugutekamen.

Martin Merbach, mit dem ich über Jahre der Zusammenarbeit das hier dargestellte Konzept diskutiert und präzisiert habe, danke ich für den kontinuierlichen Austausch und seine konstruktive und zugleich kritische Durchsicht und Diskussion des Manuskripts.

In einem Bereich, in dem es um Männer und Frauen, Klientinnen und Klienten, Therapeutinnen und Therapeuten, Beraterinnen und Berater geht, ist die Realisierung einer gendersensiblen Sprache nicht ganz einfach, da sie die

Lesbarkeit des Textes beeinträchtigen kann. Ich werde im Folgenden mal die männliche, mal die weibliche Form benutzen. Dies betrifft alle Textpassagen, in denen nicht eindeutig Männer oder Frauen gemeint sind. Die Verwendung von Paarberater(in) bzw. Paartherapeut(in) wird ebenso in lockerer Folge abgewechselt.

Hinweis: Die Pfeile ➡ verweisen auf Falldarstellungen, die Ausrufezeichen ! markieren tiefenpsychologisches Fallverstehen, die Köpfe 👤 verweisen auf Anregungen zur Selbstexploration.

1 Paardynamik aus tiefenpsychologischer Perspektive

1.1 Liebesbeziehungen: Ersehnt und voller Konflikte

Mit dem Übergang zur Moderne entwickelten sich neue Beziehungsformen zwischen Männern und Frauen: Nicht mehr Wirtschafts- und Standesinteressen bestimmten die Partnerwahl, sondern die freie Entscheidung zweier Personen, die eine enge gefühlsmäßige Bindung zueinander suchen und in dieser die Sehnsucht nach Liebe und Glück verwirklichen möchten. So hoffen wir, einen Partner zu finden, mit dem wir uns innig verbunden fühlen, mit dem erotische, leidenschaftliche Liebe erlebt werden kann, einen Partner, der mit uns die Welt erobert und das Leben gestaltet, der uns in unserem Inneren und unserem Wesen versteht, unsere Werte teilt und uns mit Achtung und Empathie begegnet. Konflikte sind zwar potenziell denkbar, im Grunde aber nicht vorgesehen, da eine harmonische Gemeinsamkeit gesucht wird, in der der Partner zur selben Zeit dasselbe möchte wie wir.

In dieser Vorstellung wird deutlich, dass die Suche nach Verbundenheit und Anerkennung, nach Harmonie und Frieden von Sehnsüchten geleitet wird, die mit den Urbeziehungen in Verbindung stehen. Aktualisiert werden Wünsche des Kindes, in der Beziehung zu den Eltern eine sichere und schützende Bindung zu erhalten und von ihnen mit den eigenen Wünschen und Bedürfnissen wahrgenommen und im persönlichen Wesen erkannt zu werden. Je weniger diese Wünsche und Sehnsüchte in den frühen Beziehungen gestillt werden konnten, umso größer ist die Hoffnung, sie in einer anderen Beziehung erfüllen zu können. Die Paarbeziehung eignet sich daher in ganz besonderer Weise dazu, auf sie all jene Fantasien zu projizieren, in denen die Verheißung zwischenmenschlichen Glücks anklingt. Unter diesem Aspekt ist die Idealisierung von Paarbeziehungen ein verständlicher, normaler und sogar die Selbsterkenntnis befördernder Prozess, da er Auskunft gibt über die persönlichsten und intimsten Beziehungssehnsüchte.

In Paarbeziehungen wird aber nicht nur eine innige Bezogenheit gesucht, sondern auch ein Partner, mit dem Neues erkundet und gemeinsame Vorstellungen

vom Leben gestaltet werden können. Auch diese Wünsche gehen zurück auf die Erfahrungen mit den frühen Bindungspersonen, die das Explorationsbedürfnis und den Autonomiewunsch des Kindes durch die Herstellung von Geborgenheit ermöglichen und wohlwollend begleiten. So wird beim Partner Sicherheit und Stabilität gesucht und darin zugleich die Voraussetzung für Expansion und Freiheit. In der inneren Welt stellt diese Bipolarität menschlicher Grundbedürfnisse kein Problem dar: Es liegt in der Natur des Menschen, dass er Bindung und Bezogenheit und zugleich Freiheit und Autonomie sucht. Nicht selten sind beide Bedürfnisse zugleich virulent, da der Autonomie-Abhängigkeits-Konflikt nie ganz befriedigend gestaltet werden kann. Eindeutigkeit und Widerspruchsfreiheit sind Gebote des Bewusstseins, deren Ausbalancierung nur mittels einer gut funktionierenden innerpsychischen Abwehr gelingt. So muss in Paarbeziehungen immer wieder darum gerungen werden, im Bedürfnis nach Bezogenheit genügend Freiraum zu finden und umgekehrt im Wunsch nach Autonomie genügend Bindung. In derselben Weise ist die emotionale Ambivalenz zwischen Liebe und Hass, beides Emotionen mit hoher energetischer Aufladung, ein zentrales Merkmal aller Beziehungen und muss immer wieder neu reguliert werden. Menschen wünschen sich klare Verhältnisse, da Ambivalenzen irritieren und verstören können. Zugleich sind wir voller Widersprüche, die zu ertragen nicht selten unsere psychischen Kapazitäten übersteigen.

Diese, jedem Menschen innewohnende Disposition findet in der psychoanalytischen Theorie einen konzeptuellen Rahmen. Im psychoanalytischen Verständnis sind Konflikte und Ambivalenzen Grundbedingungen des menschlichen Lebens, sie sind nicht zu vermeiden oder gar pathologisch, sie sind auch nicht dazu da, um gelöst und schließlich von ihnen befreit zu werden. Sie zeigen sich in allen unseren Beziehungen, insbesondere aber in der Liebe und unseren Partnerschaften. Denn das ist das Kernproblem aller Beziehungskonflikte und -störungen: Wir suchen und ersehnen eine konflikt- und ambivalenzfreie Partnerbeziehung und sind konfrontiert mit dem Gegenteil, mit Spannungen, Gegensätzen und Unvereinbarkeiten, die zu Auseinandersetzungen, Streit, Krisen und oft zu Trennungen führen. Konflikte als Normalität anzuerkennen fällt sicher schwer, könnte aber dazu beitragen, dass ihr Auftauchen nicht als ausschließlich beunruhigend erlebt werden muss. Nicht das Vorhandensein von Konflikten stellt sich als Problem in Paarbeziehungen, sondern die mangelnde bis zuweilen vollständig fehlende Fähigkeit der Partner zu deren Regulation.

1.2 Konflikt und Paardynamik

Die Psychoanalyse hat nicht nur Theorien zur Persönlichkeitsentwicklung und zur Entstehung von Krankheiten entwickelt, sie bietet auch eine allgemeine Theorie zwischenmenschlicher Prozesse und Beziehungen, die innerseelische Vorgänge und deren Wirkung im Außen beschreibt (Kutter u. Müller, 2008). Dabei spielt der Konfliktbegriff eine zentrale Rolle. Eine grundlegende tiefenpsychologische Annahme beinhaltet, dass Konflikte für den Menschen konstitutiv sind. So gibt es keine zwischenmenschliche Situation, in der nicht unterschiedliche Bedürfnisse der Partner zu äußeren Konflikten führen können. Aber auch im Inneren des Menschen existieren unterschiedliche, oft konträre Bedürfnisse, die zu inneren Spannungen führen, da sie sich in ihrer Realisierung geradewegs ausschließen. Dabei geht es oft um den Konflikt zwischen selbstbezogenen und objektbezogenen Tendenzen. In der Psychoanalyse wird dieser Konflikt als Autonomie-Abhängigkeits-Konflikt bezeichnet und beschreibt die dem Menschen inhärenten Wünsche nach Autarkie und Selbstständigkeit einerseits und seinen Wunsch nach Bindung, Bezogenheit und Vereinigung mit dem Objekt andererseits. Andere Theorien, wie die Bindungsforschung, beschreiben diesen Konflikt als Bindungs- vs. Explorationsbedürfnis. Diese Bipolarität ist ein zentraler Aspekt unserer psychischen Verfassung und muss in jedem Lebensalter neu reguliert werden.

Unter günstigen Entwicklungsbedingungen können diese gegensätzlichen Strebungen in einem kontinuierlichen Prozess ausbalanciert und schlussendlich immer wieder zu einem Ausgleich gebracht werden. Dies ist zwar ein mühsamer und lebenslanger Prozess, trägt aber sowohl innerlich wie auch äußerlich zur Entwicklung einer stabilen Persönlichkeit bei. Diese ist in der Lage, Ambivalenzen zuzulassen, zu halten und angemessene und realisierbare Konfliktlösungen zu entwickeln. Über diese Fähigkeit zur Regulation innerer Konflikte, die die Fähigkeit zu Ambivalenztoleranz und zum Ausgleich von Gegensätzen bereithält, entwickelt sich Differenzierung und damit eine innerpsychische Bereicherung.

Neben den inneren und äußeren Konflikten sind die verinnerlichten Konflikte besonders geeignet, die Komplexität menschlicher Beziehungen abzubilden. Diese sogenannten Triebkonflikte etablieren sich innerpsychisch durch die Internalisierung von frühen Erfahrungen und Einschränkungen. Über diesen Prozess gestalten sie entscheidend die Persönlichkeit des Menschen und seine Beziehungsaufnahme zur Welt. In einem zunächst als äußerer Konflikt imponierenden Streit zweier Partner stehen sich dann zwei Menschen gegenüber, die im Kontext ihrer Biografie mit dem Thema oder der Kommunikation des Streits bereits vielfältige, oft schmerzliche Erfahrungen gemacht haben. Diese

innerpsychische Konfliktdynamik des Menschen, das heißt, die Art und Weise, wie die Grundbedürfnisse zum Ausdruck gebracht und gelebt werden können (siehe Volger, 2021, S. 59 ff.), bestimmt, wie Partnerschaften gestaltet werden. So kann es sein, dass eine Paarbeziehung zum Auslöser für äußere Konflikte wird, weil die Partner durch ihre spezifischen Persönlichkeitseigenschaften innere Konflikte im Gegenüber anstoßen. Konflikte, die bereits in der Kindheit nicht befriedigend gelöst werden konnten, können sich auf diese Weise auch in aktuellen Beziehungen Bahn brechen und alte, meist unproduktive Konfliktlösungsmodi in Szene setzen. Insofern gibt es keine Auseinandersetzung zwischen Partnern, die nicht immer auch zugleich ein inneres Thema jedes Partners anstoßen würde.

Umgekehrt werden innere Konflikte, die durch seelische, intrapsychische Mittel nicht gelöst werden können, oft im Außen deponiert und in externalisierter Form mit dem Partner ausgefochten. Dies kann zum Beispiel der Fall sein, wenn im Partner Eigenschaften und Haltungen bekämpft werden, die im eigenen Inneren existieren, aber abgelehnt werden. Da es sich hier oft um unbewusste innere Konflikte handelt, ist es den Betroffenen nicht bewusst, dass es sich bei dem Streit um eine Externalisierung eigener intrapsychischer Themen handelt. Phänomenologisch inszeniert sich dann ein äußerer Konflikt, der nur aufgrund seiner Unlösbarkeit im Außen darauf verweist, dass innere Themen und Spannungen behandelt und zur Austragung gebracht werden sollen.

- ▶ Innere und äußere Konflikte sind konstitutiv für das menschliche Leben.
- ▶ Nähe- und Bindungswünsche stehen immer auch im Konflikt mit Wünschen nach Autonomie und Abgrenzung.
- ▶ In Paarbeziehungen können unterschiedliche Bedürfnislagen, unterschiedliche Bewältigungs- und Abwehrmechanismen und unterschiedliche Werthaltungen der Partner zu Konflikten führen.

1.3 Biografie und Partnerschaftsvorstellung

Wenn zwei Menschen sich kennenlernen und eine Partnerschaft eingehen, sind sie in der Regel entwickelte Persönlichkeiten mit je individuellen Haltungen, Überzeugungen, Stilen und Eigenarten. Sie kommen aus unterschiedlichen Familien, die ihre Persönlichkeit geformt haben. Sie haben vor dem Hinter-

grund ihres familiären und sozialen Gefüges unterschiedliche Erfahrungen gemacht und dementsprechend individuelle Be- und Verarbeitungsmechanismen entwickelt, um ihre Wünsche in der Welt platzieren zu können. So haben sie gelernt, wie sie ein Gegenüber für sich gewinnen können. Vor dem Hintergrund ihrer Erfahrungen mit Eltern und Geschwistern haben sie spezifische, ebenfalls unterschiedlich strukturierte Wünsche und Hoffnungen, aber auch Befürchtungen und Ängste mit Blick auf eine mögliche Partnerschaft entwickelt. Wie sie ihren Beziehungswunsch realisieren, ob sie aktiv auf die Suche gehen, ob sie hoffen, »gefunden« zu werden, oder aber sich selbst und anderen gegenüber eine vermeintliche Autarkie in Szene setzen, hat ebenfalls etwas mit ihrer Biografie zu tun. Begegnen sich zwei potenzielle Partner, finden sie wiederum Dinge aneinander attraktiv, die ebenfalls etwas mit ihrer Lebensgeschichte zu tun haben. Das können äußere Merkmale ebenso sein wie innere, also Charaktereigenschaften oder Vorlieben und Interessen. Umgekehrt kann auch die Abwesenheit von Merkmalen der Herkunftsfamilie einen Partner attraktiv erscheinen lassen. So kann ein Mensch, der aus einer sehr nüchternen und emotional kühlen Familie kommt, sich besonders von einem gefühlsbetonten Partner angesprochen fühlen. Oft sucht ein Mensch, der in seiner Familie viel Streit und Auseinandersetzungen erlebt hat, bewusst einen Partner, der nicht dazu neigt, laut und aggressiv zu sein. Wir sind bei der Partnerwahl also kein unbeschriebenes Blatt, wir wählen einen Partner nicht zufällig, sondern werden durch unsere biografischen Erfahrungen und deren Bewältigung unbewusst darin beeinflusst, ob und auf welche Weise wir welchen Partner suchen.

Die frühen Erfahrungen des Menschen sind in erster Linie Beziehungserfahrungen. Über die Beziehung zu Mutter und Vater lernt das Kind die Welt, seine Bedürfnisse und sein Gegenüber kennen. Die Erfahrungen mit diesen frühen Bezugspersonen bleiben nicht äußerlich, sondern werden internalisiert und bilden dauerhafte intrapsychische Strukturen. Entkoppelt von den ursprünglichen Beziehungserfahrungen werden sie zu grundlegenden Elementen der Persönlichkeitsentwicklung des Menschen. Diese intrapsychischen Repräsentationen früher Beziehungserfahrungen, die sogenannten Beziehungsrepräsentanzen, enthalten gefühlsbetonte Erinnerungen an real Erlebtes im Kontext von Beziehungen. Vor dem Hintergrund dieser biografischen Perspektive wird verständlich, dass in einer Partnerschaft, die die wichtigste Beziehung des Erwachsenenlebens ist, unmittelbar frühe Erfahrungen mobilisiert werden. Dies bedeutet, dass der Partner nicht »quasiobjektiv« wahrgenommen wird, sondern immer durch den Filter der innerpsychischen Repräsentanzen, die unter anderem gefühlsbetonte Erinnerungen an reale frühe Erfahrungen mit den Bezugspersonen der Kindheit enthalten. Aber nicht nur die inneren Repräsentanzen

vom anderen (sogenannte Objektrepräsentanzen) werden aktualisiert, sondern auch Selbstrepräsentanzen, in denen sich das innere Bild der Beziehung zur eigenen Person widerspiegelt und zum Beispiel Fantasien über die persönliche Attraktivität oder aber Wertlosigkeit enthält.

Die Beschaffenheit dieser Repräsentanzen ist selbstverständlich in entscheidendem Maße geprägt von den frühen Beziehungserfahrungen zu den Eltern, in deren Kontext sich diese inneren Abbilder entwickeln. So unterscheiden sich die Beziehungsrepräsentanzen eines Menschen, der mit seinen frühen Bindungspersonen die Erfahrung gemacht hat, dass er auch mit unerwünschten Verhaltensweisen nicht als Person abgelehnt wird und bei ihnen Schutz in aufgewühlten inneren Zuständen findet, von denen eines Menschen, der gefühlsabweisende und kontrollierende Eltern hatte, die besonders an seinen Leistungen und Erfolgen Interesse zeigten, zu seinem Inneren aber keinen Zugang suchten.

Ein weiterer Aspekt der Beziehungsrepräsentanz umfasst die innere Repräsentation der Qualität der elterlichen Paarbeziehung. Sie stellt für das Kind das erste Modell gelebter Partnerschaft bereit. Dabei geht es nicht ausschließlich um real existierende Partner, sondern auch, wie im Fall von Alleinerziehenden, um die Repräsentation des abwesenden Elternteils in der Beziehung zum Kind. Wird dieser positiv konnotiert, bilden sich im Kind andere Repräsentanzen als bei strittigen Eltern, die schlecht vom getrennten Partner sprechen.

Das Kind erlebt die Eltern sehr früh als Paar und bekommt mit, ob sie in Harmonie oder Anspannung leben, ob sie sich gegenseitig unterstützen oder bekämpfen. Es beobachtet, in welcher Weise Konflikte bearbeitet werden und erlebt die Beziehungsstruktur der Eltern untereinander. Paare, die die elterliche Beziehung als belastet und destruktiv in Erinnerung haben, sind in der Regel bemüht, genau derartige Beziehungsformen zu vermeiden. Gleichwohl bewirkt das Fehlen alternativer innerer Bilder, dass das Paar in Konfliktsituationen leicht in vertraute, wenngleich abgelehnte Interaktionsmuster der Eltern geraten kann. Unter diesem Aspekt sind die Erfahrungen, die Menschen im Laufe ihrer biografischen Entwicklung mit triadischen Beziehungen gemacht haben, von essenzieller Bedeutung für die Konstruktion der Paarbeziehung, da die darüber erworbene triadische Kompetenz ebenfalls den Charakter und die Struktur der Partnerschaftsbeziehung bestimmt (siehe Kapitel 7.3).

- ▶ Partner werden nicht zufällig gewählt, sondern durch biografische Erfahrungen und deren Bewältigung beeinflusst.
- ▶ Indem eine Partnerschaft meist die wichtigste Beziehung des Erwachsenenlebens darstellt, werden unmittelbar frühe Erfahrungen mobilisiert.

- ▶ Daher wird der Partner immer auch durch den Filter der innerpsychischen Repräsentanzen wahrgenommen.
- ▶ Die Beziehungsrepräsentanzen umfassen nicht nur die unmittelbaren Erfahrungen mit den primären Bezugspersonen (Eltern), sondern repräsentieren ebenso die Qualität der elterlichen Paarbeziehung.
- ▶ Die triadische Kompetenz bestimmt in entscheidendem Maße die Fähigkeit zur Herstellung einer gelingenden Paarbeziehung.

1.4 Biografie und Persönlichkeitsstruktur

Die in der persönlichen Geschichte gemachten frühen Erfahrungen prägen in entscheidendem Maße die Persönlichkeit des Menschen. Im Zuge der Internalisierung dieser insbesondere mit Objektbeziehungen gemachten Erfahrungen entwickeln sich innere Strukturen. Diese stellen nicht lediglich innerpsychische Abbildungen des Erlebten dar, sondern werden durch einen individuellen Abwehr- und Bearbeitungsprozess assimiliert. Dadurch entstehen mentale Repräsentationen der äußeren Welt im innerseelischen Raum. Über diesen Prozess und die Entkoppelung von den ursprünglichen Beziehungspersonen bilden sich schließlich unter anderem die innerpsychischen Strukturen der Selbst-, Objekt- und Beziehungsrepräsentanzen, die sich in spezifischen innerpsychischen Haltungen und Überzeugungen, in persönlichen Kompetenzen und charakteristischen Persönlichkeitsmerkmalen des Betreffenden zeigen. Auch wenn es in den seltensten Fällen »reine« Persönlichkeitsstrukturen gibt und wir es in der Regel mit Mischstrukturen zu tun haben, so hat es sich zum Zweck der Hypothesenbildung doch als hilfreich erwiesen, die typischen Haltungen und Stile einzelner Strukturen voneinander abzugrenzen. Für das Verständnis von Paardynamik ist diese Perspektive besonders bedeutsam, da jede Persönlichkeitsstruktur vor dem Hintergrund der je speziellen Selbst- und Objektrepräsentanzen unterschiedliche Beziehungswünsche und -ängste entwickelt hat, die unmittelbar und ohne bewusste Einflussnahme die Partnerschaft in entscheidendem Maße prägen.

Da nach psychoanalytischem Verständnis die Entwicklung von Persönlichkeitsstrukturen immer das Ergebnis der Verarbeitung und Bewältigung innerer und äußerer Konflikte zum Ausdruck bringt, sind Persönlichkeitsstrukturen auch stets geprägt von Ambivalenzen, je nachdem, welcher Konfliktverarbeitungsmodus im Vordergrund steht. So kann bei all diesen Strukturen mehr oder weniger deutlich ein *aktiver* von einem *passiven Modus* unterschieden

werden, der zu phänomenologisch sehr unterschiedlichen Erscheinungsformen führt. Diese theoretische Perspektive stellt eine wesentliche Voraussetzung für das Verständnis von Paarbeziehungen dar, wonach Ambivalenzspaltungen den Hintergrund für eine gestörte Paardynamik bilden (siehe Kapitel 1.9). Im Folgenden werden daher die einzelnen Persönlichkeitsstrukturen sowohl in ihren aktiven als auch passiven Verarbeitungsmodi beschrieben.

1.4.1 Depressive Persönlichkeitsstruktur und Partnerschaft

Menschen mit einer depressiven Persönlichkeitsstruktur haben häufig eine Einengung ihrer explorativen Impulse erfahren und konnten in der Folge wenig Autonomie entwickeln. Entsprechend löst jede Trennung oder Distanz zum anderen heftige Ängste aus, die vermieden werden sollen, indem alles Trennende verhindert wird. Mit der Autonomieeinschränkung geht die Angst einher, nicht geliebt zu werden, verbunden mit der Überzeugung, auch gar nicht liebenswert zu sein. Dies hat zur Folge, dass der Betreffende nicht offensiv für seine Wünsche und Bedürfnisse eintreten kann, sondern Zuneigung und Anerkennung durch Erfüllung der Erwartungen des Gegenübers zu erlangen sucht. Mit dieser submissiven Haltung neigt er dazu, sich selbst zu überfordern und ohne Kenntnis seiner Grenzen sich von anderen überfordern zu lassen. Die Angst vor dem Verlassenwerden und damit die Bestätigung der eigenen Wertlosigkeit führt zur *Anpassungsneigung und Unterwerfungshaltung*, die extreme, ja masochistische Züge bis zu völliger Erschöpfung annehmen können.

In der Partnerschaft dominiert die Angst, den Partner zu verlieren, wenn man sich seinen Wünschen und Bedürfnissen nicht unterordnet. Dies führt oft zu hierarchisch strukturierten Beziehungen und einer klaren Rollenverteilung mit Blick auf das Erleben und Vertreten autonomer Bedürfnisse in der Beziehung. Eine andere Möglichkeit der Bewältigung der Trennungsangst besteht in der Herstellung einer besonders liebevollen und empathischen Beziehungsform, in der dem Partner Wärme und Geborgenheit angeboten wird, seine expansiven Bedürfnisse allerdings beschnitten werden. In einer übersteigerten Variante wird der Partner in unangemessener Weise verwöhnt und gerät damit in eine kindliche Abhängigkeit, die dessen Autonomie beschneidet. Sowohl die Inszenierung der eigenen Abhängigkeitswünsche als auch die intensive Bestärkung der passiven Bedürfnisse des Partners sollen unbewusst vor potenziellen Trennungen schützen. Hintergrund für diese Haltung ist unter anderem die Blockierung der persönlichen autonomen Entwicklung, die zu einer chronischen Beeinträchtigung des Selbstwertgefühls führt und in dem Versuch der »Selbstverkleinerung« (Mentzos, 2009, S. 142) eine masochistische Lösung für diesen Konflikt sucht.

Eine andere Verarbeitung, die phänomenologisch zunächst nicht unmittelbar als depressiv imponiert, zeigt sich in einem *überkritischen, aggressiv getönten Verhalten* den Mitmenschen und der Welt gegenüber. Durch ständiges »Meckern« und Anklagen an den Partner werden Aggressionen, die in der masochistisch geprägten Haltung eher autoaggressiv verarbeitet werden, unmittelbar im Außen, insbesondere in der Partnerschaft, in Szene gesetzt. Hier handelt es sich um den Versuch, mittels der Verurteilung des Partners (oft der ganzen Welt) sich selbst in eine überlegene Position zu versetzen in der Hoffnung, die jeder depressiven Haltung inhärenten Selbstzweifel mit dieser Wendung der Anklage nach außen abzuwehren. Hier hätte der Partner eine zwar belastende, oft unerträgliche, gleichwohl stabilisierende Funktion, indem er sich als Adressat für die Feindseligkeit und Aggressionen zur Verfügung stellt, mit deren Hilfe die Beeinträchtigung des Selbstwertgefühls kompensatorisch abgewehrt werden soll. Damit wird unerträgliche Ohnmacht durch Angriff in Macht verwandelt.

1.4.2 Zwanghafte Persönlichkeitsstruktur und Partnerschaft

Zwanghafte Menschen haben ein ausgeprägtes Sicherheitsbedürfnis, was dazu führt, dass alles Spontane und Unkontrollierbare gefürchtet wird. In der Folge werden alle seelischen Funktionen intensiviert, mit deren Hilfe die Wahrnehmung der inneren Welt der Gefühle ebenso wie die Wahrnehmung der äußeren Welt kontrolliert werden können. Dazu dient in erster Linie die Vorherrschaft rationaler Denkprozesse, aber auch das Herstellen von Ordnung und Struktur in der Außenwelt. Die Angst vor dem Spontanen führt in ausgeprägten Fällen zum Vermeiden jeglicher Emotionalität und damit zu einem deutlich erschwerten Zugang zu inneren Prozessen. Insbesondere wird der Kontakt zu aggressiven Impulsen gefürchtet. Dies führt dazu, dass nicht nur im Außen eine gewisse Rigidität entsteht, sondern auch im Innen *starre Regulierungen* das Fehlen einer emotional getragenen Orientierung ersetzen.

Sosehr der zwanghafte Mensch bemüht ist, seine Aggressivität nicht zum Ausdruck zu bringen, so stellen sich umgekehrt aber oft bei seinen Mitmenschen ärgerliche Gefühle ein, da er sie durch seine Pedanterie und Zögerlichkeit quält. Dasselbe Phänomen zeigt sich bei übertrieben ordentlichen Menschen, die sich, oft im Verborgenen, mit Schmutz und Unordnung umgeben. Sowohl die passive Aggressivität als auch das Chaos markieren die Tendenz, dass immer auch das Gegenteil dessen, was im aktiven Modus bewältigt wird, innerseelisch vorhanden ist und zum Ausdruck kommen kann.

Vom Partner wird erwartet, dass er sich diesen Regulierungen der Lebensführung ebenfalls unterwirft. Darüber entstehende Konflikte können meist

nicht produktiv ausgetragen werden, da nur eine geringe Einfühlung in den Partner möglich ist. Häufig kommt es in der Folge von Konflikten, in denen es darum geht, recht zu behalten, zu einem Beziehungsabbruch. Bezogenheit und Zuneigung als zentrale Werte einer Beziehung spielen eher eine untergeordnete Rolle. Häufig werden komplementäre Partner gesucht, die dann als Projektionsfläche für die eigenen abgewehrten Impulse dienen. Auf diese Weise kommt es zu Konstellationen, in denen beim Partner bekämpft werden muss, was zuvor auf ihn projiziert wurde.

1.4.3 Histrionische Persönlichkeitsstruktur und Partnerschaft

Der histrionische Mensch zeichnet sich durch eine Fülle sehr unterschiedlicher, sich oft widersprechender Haltungen und Verhaltensweisen aus, daher kann er nicht über phänomenologische Merkmale charakterisiert werden. Das Gemeinsame all dieser unterschiedlichen Erscheinungsformen ist der Modus der Verarbeitung innerer oder äußerer Konflikte. Dieser Modus besteht in dem Bestreben des Menschen, durch eine *unbewusste Inszenierung* die jeweilige Situation und/oder die eigene Person anders erscheinen zu lassen, als sie tatsächlich ist. Damit präsentiert der Betreffende sich in einem anderen, für ihn angenehmeren Licht, womit er die Unerträglichkeit seiner inneren Konflikte und Belastungen abmildern kann (siehe Mentzos, 2009, S. 97). Diese können das gesamte Spektrum schwer erträglicher Gefühlszustände betreffen, wie das Erleben von Minderwertigkeitsgefühlen, Verlustangst, Schuld- und Schamgefühlen oder Leere und Sinnlosigkeit. Vor diesem Hintergrund lassen sich sehr unterschiedliche Verhaltens- und Erlebensweisen konzeptuell miteinander verbinden.

Je nachdem, welche inneren Spannungen reduziert werden müssen, kann die unbewusste Inszenierung des histrionischen Menschen ihn kompetenter, mächtiger, schöner, besser und stärker erscheinen lassen, als er ist. Hier würde die Inszenierung durch Dramatisierung und Affektualisierung zu einem besonders starken Gefühlsausdruck führen. Umgekehrt kann aber auch Schwäche, Ohnmacht und Hilflosigkeit in Szene gesetzt werden, was phänomenologisch zu einem völlig anderen Erscheinungsbild führt und im Gegenüber entsprechend andere Reaktionen mobilisiert. Unabhängig vom jeweils in Szene gesetzten Thema erwartet der histrionische Mensch von seinem Partner viel Aufmerksamkeit und intensive Zuwendung sowie, je nach Inszenierung, Bewunderung oder aber Mitleid und Unterstützung. Kann der Partner diese Erwartungen nicht (mehr) erfüllen, kommt es zu schweren Enttäuschungen, die ebenfalls dramatisch in Szene gesetzt werden. Aufgrund des großen Inszenierungsbedürf-

nisses kann es zu häufigen Partnerwechseln kommen, da in einer dauerhaften Beziehung das große Bedürfnis nach Aufmerksamkeit meist nur ungenügend befriedigt werden kann. Häufig wird sie als monoton empfunden, was den Betreffenden mit seiner Angst vor Leere und Desorientierung konfrontieren kann.

1.4.4 Narzisstische Persönlichkeitsstruktur und Partnerschaft

Der narzisstische Mensch erlebt sich als stark und leistungsfähig, er fühlt sich kompetent und autark, ist von sich und seinen Möglichkeiten überzeugt und kann sich ein Scheitern kaum vorstellen. Über Ehrgeiz, Charme oder besonderes Engagement gelingen ihm oft beeindruckende Leistungen und Erfolge. Im Selbsterleben der Betreffenden bildet sich dies als Beweis ihrer Autonomie und Einzigartigkeit ab. Über diese Selbstidealisierung gelingt die Überzeugung, auf die Bewunderung anderer nicht angewiesen zu sein. Phänomenologisch zeigt sich diese *pseudounabhängige narzisstische Persönlichkeit* tatsächlich in ausgesprochen autarkem Verhalten, bei genauerem Hinsehen wird allerdings deutlich, dass sie mithilfe dieser Erfolge die Mitmenschen zu Bewunderung und Anerkennung nötigt, ohne sich ihrer Abhängigkeit (daher pseudounabhängig) bewusst werden zu müssen.

Die Partner des narzisstischen Menschen haben daher die Aufgabe, diesem Bedürfnis nachzukommen, was bedeutet, dass sie selbst möglichst wenig eigene Ansprüche und Wünsche in die Beziehung einbringen. Dies kann sich in sehr subtiler Weise zeigen, indem unter einer intakten Fassade wenig Interesse am Partner besteht. Es kann aber auch zu einer extremen Dominanz führen, in der vom Partner Unterordnung erwartet wird. In anderen Konstellationen finden sich zwei ähnlich strukturierte Partner, die sich gegenseitig bestätigen, darüber hinaus aber keine innere Bezogenheit haben. Oft handelt es sich bei den Partnern um eine *abhängige narzisstische Persönlichkeit*, die ein Gegenüber benötigt, das sich für Idealisierungen eignet. Der andere wird idealisiert, um dessen Zuwendung und Anerkennung zu sichern. Dafür ist der Betreffende bereit, auf seine eigene Autonomie zu verzichten und sich mit den Bedürfnissen des anderen so zu identifizieren, dass er sie für die eigenen Bedürfnisse hält. Mit dieser besonderen Selbstaufgabe unterstreicht er die hohe, beinahe überlebenswichtige Bedeutung des Partners, was zu intensiven Bindungen führen kann. Dass es sich bei diesen Menschen um eine Kehrseite der Grandiosität handelt, lässt sich phänomenologisch nicht erkennen, erst nach längeren therapeutischen Prozessen werden diese unbewussten Verbindungen sichtbar (Ermann, 2016).