

# Haltungen und praktische Vorgangsweisen in existenzanalytischer Paartherapie und Beratung

Alfried Längle

*In der Behandlung von Paaren wird in der Existenzanalyse i.a. der Zugang über die einzelne Person gesucht. Haltungen, personaler Dialog bzw. dessen Störung werden in den Blick genommen. Respekt für den anderen und Selbstsein-Können gelten für eine gelingende Paarkonstellation als unabdingbare Voraussetzung. Die Grundlage einer funktionierenden Paarbeziehung wird in der Personierung der Interaktion gesehen. Psychodynamisch bestimmte Paar-Dynamik kann durch ihre Zentrierung auf das Überleben die Beziehung in Gefahr bringen (dafür aber wichtige Anstöße geben).*

*Nach einleitenden Überlegungen zum Paar wird ihre spezifische Dynamik anhand der existentiellen Grundmotivationen gezeichnet. Es werden beraterische Behandlungsschritte zur Entlastung von Paarkonflikten vorgestellt. Den Hauptteil stellt die Strukturierungsanleitung für konfliktuöse Paare durch existenzanalytische Paartherapie dar. Sie geht im Wechselschritt zwischen Problem- und Ressourcenorientierung stufenweise vor. Diese Vorgangsweise kann entweder nur zur Entlastung einer Konfliktsituation oder aber zur strukturellen Behandlung der Paarbeziehung eingesetzt werden.*

**Schlüsselwörter:** Existenzanalyse, existentielle Grundmotivationen, Paarberatung, Paartherapie, Personale Existenzanalyse

*Attitudes and practical procedures in existential analytical couple therapy and counselling*

*In Existential Analysis the treatment of couples is generally approached by gaining access to the individual person. Attitudes and personal dialogue, that is to say its disorder, are focussed on. Respect for the other and the ability to be oneself are deemed indispensably necessary for a succeeding couple constellation. The basics for a functioning couple relationship are seen in the personalisation of their interaction. Due to the focus on preservation, psychodynamically determined couple dynamics can endanger the relationship (giving important impulses in return however). Following an introductory reflection on couple relationships, their specific dynamics of are sketched according to the four existential fundamental motivations. The major part depicts the gradual steps taken, alternating between problem and resource orientation, for the structuring of existential analytical therapy for couples in conflict. This procedure can either achieve simple relief in the conflict, or it can be applied for a structural treatment of the couple relationship.*

**Keywords:** Existential Analysis, counselling, couple therapy, existential fundamental motivations, Personal Existential Analysis

## 1. Der existenzanalytische Zugang: die Person

Den Zugang zum gestörten Miteinander von Paaren wählen wir in der Existenzanalyse (EA) in erster Linie über die Person der einzelnen Partner und der personalen Interaktionsfähigkeit (s. auch Kolbe 2008). Daher steht in der existenzanalytischen Behandlung von Paaren die Einzelperson und das individuelle Person-Sein-Können im Zusammenleben mit dem anderen im Vordergrund.

Mit Person ist aber keineswegs eine in sich geschlossene Individualität gemeint. Person-Sein meint im existenzanalytischen Verständnis eine grundsätzlich auf Andersheit aus-

gerichtete Kraft, die auf ein Du angelegt ist (Buber 1973; Frankl 1959, 1975; Längle 2008). Diese Streben zum Du steht einer anderen entgegen, die sich auf die unverwechselbare, einmalige und einzigartige Person richtet, die man selbst ist. Als solche ist die Person auf Abgrenzung und Unterschiedlichkeit aus, was in der Pubertät, der grossen Reifungsphase personaler Kräfte, in den Vordergrund rückt.

**Die Person** – ein Spannungsfeld zwischen Abgrenzung und Ausgerichtetsein auf andere; zwischen Unabhängigkeit und Angewiesensein auf andere.

Somit umreißt ein anthropologisch fundiertes Personenverständnis bereits ein Spannungsfeld, in welchem sich der Mensch im Beisammensein mit anderen grundsätzlich wiederfindet: einerseits in der Aufgabe, sich selbst zu sein, sich zu werden, sich zu finden durch Abgrenzung, Individualität, Erhalten der Intimität und leben des ganz Eigenen; andererseits sich von sich zu lösen, sich dem anderen hinzugeben, im anderen aufzugehen, weil er durch den anderen erst ganz sich selbst werden kann (vgl. die von Frankl (1975) beschriebene Selbst-Transzendenz). Vieles von diesem grundsätzlich anthropologischen Widerstreit – Ich-Behauptung vs. Selbstfindung im anderen – stellt eine (oft unbewußte) Hintergrund-schablone für Paarkonflikte dar, wo es ja immer um Verteidigung, Schutz des Eigenen und Kämpfen für das Eigene einerseits geht und andererseits um den anderen, den anzutreffen und ihm gerecht zu werden ein ebenso tiefes personales Anliegen ist. Dies scheint sogar eine neurobiologische Fundierung zu haben (Bauer 2005, 2006). Wenn es nur einem der beiden Partner nicht gelingt, ein Gleichgewicht zwischen Ich-Behauptung (Abgrenzung) und Ich-Hingabe zu halten, entsteht Unruhe und bald eine kämpferische Spannung in der Beziehung, der sich der andere nur schwer entziehen kann. Probleme des einzelnen drängen sich regelmäßig früher oder später in die Beziehung hinein und werden zu gemeinsamen Problemen, gegen deren Aufdrängen sich der andere oft wehren will. Diese Charakteristik macht es nachgerade zur Aufgabe einer nahen Beziehung, nicht nur das Schöne, sondern auch Probleme gemeinsam (aus-)zutragen (auszuhalten), auch wenn jeder seine Probleme selbst zu lösen hat. Um keine einseitige Sicht zu erzeugen, soll auch darauf hingewiesen werden, daß sich natürlich nicht nur Probleme in die Beziehung drängen, sondern daß auch Fertigkeiten und Fähigkeiten, die zur Stabilisierung des Systems erheblich beitragen, von den einzelnen Partnern beigesteuert werden.

## 2. Das Paar

Wenn auch in der existenzanalytischen Paartherapie/Beratung das Person-Sein im Vordergrund steht, so unterscheidet sich die Vorgangsweise dennoch grundsätzlich von Einzeltherapie/Beratung. Dies hängt mit dem Selbstverständnis der Person in der Partnerschaft zusammen. Ein Paar zu sein bedeutet, daß sich der einzelne in erheblichem Ausmass auf den anderen bezogen fühlt. Jeder einzelne *definiert* sich als Partner eines Paares durch die *Zusammengehörigkeit* mit dem anderen. Dadurch ergibt sich die Charakteristik des Paares: es ist durch Abgrenzung von anderen und durch eine gemeinsame Intimität gekennzeichnet (die Preisgabe dieser Intimität stellt eine Schwächung des Zusammenhalts des Paares dar).

Spielte anfangs bei den meisten Paaren die Liebesbeziehung eine entscheidende Rolle für die Paarbildung, so reduziert

**Das Paar: Wir-Bildung** durch sich auf einander *beziehen* und sich im Gemeinsamen von anderen *abgrenzen*.

sich das Paarverständnis bei vielen Paaren im Konflikt oder in der Scheidung auf die Charakteristik einer „abgegrenzten Bezogenheit“. Das Verbindende, Gemeinsame ist dann das, worum das Paar streitet oder worunter es leidet, ohne daß der Wert des Verbindenden erlebt wird. Wenn das Verbindende nun das Belastende ist, so gilt es in der Therapie/Beratung, dieses Gemeinsame, das vorwiegend Negatives bringt, zu lösen. Findet sich positiv Gemeinsames, gilt es hingegen, dieses nun wieder auszubauen. Denn ursprünglich fand das Paar durch etwas Gemeinsames zusammen, etwas, das es miteinander als Wert geteilt hat. Das ist i.a. die wechselseitige Liebe und Intimität, die zu einer verinnerlichten Wertschätzung des anderen und zu einem Hingezogensein führt. Dieser erlebte Wert des anderen wirkt auf die einzelnen Liebenden zurück, so daß jede(r) wegen des anderen lieber leben und sich selbst sein mag (gesteigerter Lebenswert und Selbstwert).

## 3. Grundsteine der Partnerschaft: Respekt und Selbst-Sein-Können

Diese schlichte Überlegung über die Struktur des Paares und der Paarbildung enthält auch eine Phänomenologie der Partnerschaft. Solange dem anderen nämlich Liebe oder zumindest Respekt (Wertschätzung) entgegengebracht wird, und solange eine Steigerung des Selbst in Form von Selbstzuwendung erlebt werden kann (die durch den anderen zumindest nicht behindert, im günstigen Fall gefördert wird), hat eine Partnerschaft Substanz und kann zu beiderseitigem Gewinn gelebt werden (man könnte dies als die *reife Beziehung* bezeichnen). Die Achse einer Partnerschaft ist der Austausch, das gelebte Miteinander. Die dem Menschen gemäße Form des Austausches ist der personale *Dialog*. Der aber beruht auf Personen, die Zugang zu sich haben, und ihren Partner respektieren, Interesse an ihm haben, ihn in seiner Andersheit gelten lassen.

Mit diesen beiden Grundsteinen der Beziehung können i.a. die allfallenden Probleme und Schwierigkeiten zumindest soweit in Schach gehalten werden, daß die Beziehung an ihnen nicht (gänzlich) zerbricht. Das bedeutet aber auch: sobald Respekt und Selbstsein (Selbstzuwendung) in der Beziehung nicht mehr gelebt wird (gelebt werden kann), ist eine Partnerschaft gestört und gerät in Gefahr. In der Arbeit mit Paaren ist von Anfang an auf die Einhaltung dieser Prämisse zu achten und gegebenenfalls durch Interventionen des Therapeuten<sup>1</sup> einzufordern: respektvolles Sprechen miteinander trotz aller Verletzungen und Mängel; das eigene Gespür gut zu beachten und nicht zu übergehen.

Natürlich bedarf dieses Niveau der Interaktion, das durch Dialog Begegnung möglich macht, einer Ausgestaltung der personalen und existentiellen Strukturen: Die in der respektvollen Begegnung enthaltene Entfaltung der dritten Grund-

Die **Basis** für gelingende Partnerschaft: *Respekt und Selbstsein* – ist auch eine **Prämisse** für die Behandlung.

<sup>1</sup> Das ungenerische Maskulinum gilt gleichermaßen für Mann und Frau und wird der einfacheren Lesbarkeit halber eingesetzt.

motivation braucht daher als Basis die anderen Grundmotivationen (vgl. auch die vier Pole der Paarbeziehung in Kolbe 2008): das Gefühl der Sicherheit und des Haltes, der Beziehung und Nähe, des Kontextes und der Sinnhaftigkeit. Es ist daher nicht verwunderlich, daß ein Teil der Arbeit mit Paaren regelmäßig mit der Entwicklung bzw. Behinderung dieser existentiellen Strukturen der einzelnen Partner zu tun hat.

Während Respekt und Selbst-Sein gleichsam durch nichts ersetzbare Brennpunkte in der Paarbeziehung darstellen und daher höchste Priorität haben (allenfalls die Paartherapie/Beratung nicht in der Paarkonstellation durchgeführt werden kann, wenn diese basalen Bedingungen nicht eingehalten werden können), kann die **Struktur einer personalen (Liebes-)Beziehung** anhand der vier Grundmotivationen (Längle 2008) dargestellt werden:

1. *Annehmen* des anderen und angenommensein durch den anderen erleben;
2. *Zuwendung* dem anderen geben und Zuwendung erhalten;
3. *Sehen* des anderen in seinem So-Sein (Du) und gesehen werden des Eigenen;
4. Sich *einsetzen*, damit es für den anderen gut wird u.u.

Fehlt eines oder fehlen mehrere dieser existentiellen Tätigkeiten im Miteinander, ist die Struktur des Paares geschwächt und ein Weiterbestand in Gefahr. Aus dieser Struktur der Paarbeziehung lassen sich nun **Haltungen** der Partner zueinander ableiten, die in einer Beratung/Therapie im Sinne einer *Grundlagenarbeit* zu klären sich lohnt. Die Haltung Liebender, die für die Beziehung förderlich ist, kann folgendermaßen umschrieben werden:

Aus der **Struktur** der Paarbeziehung ergeben sich die *konstruktiven Haltungen* in der Beziehung.

1. **Dasein wollen für den anderen:** Offenheit und den anderen sein lassen, ihm Raum geben, ihn halten und stützen wollen.
2. Dem anderen **gut wollen**, verbunden mit der Bereitschaft, es sich nahe gehen zu lassen (zu fühlen), wie er ist, was er tut, wie es ihm geht. Interesse für sein Wohlbefinden.
3. **Interesse** haben dafür, **wer** der andere eigentlich **ist:** wie er denkt, fühlt, entscheidet; seine Art schätzend, ihn achtend; will auch sich dem anderen zeigen und in dem, was einem wichtig ist, gesehen werden.
4. Für den anderen in einem definierten Rahmen **leben wollen:** sich einsetzen, gemeinsam das Wichtige im Leben tun wollen. Der andere ist ein erwünschter Bezugsrahmen für sein Leben.

Diese Haltungen können während der Arbeit mit Paaren an geeigneten Stellen in direkter Frage an jeden der Partner oder an beide gemeinsam gerichtet werden: „Wollen Sie für ihren Partner *da sein*? *Können* Sie es?“ In analoger Weise können die anderen Dimensionen angefragt werden. Die Indikation für solche existenzanalytische Struktur-Arbeit be-

steht dann, wenn eine der vier existentiellen Strukturen als störendes Defizit in der Beziehung auftaucht.

## 4. Die Dynamik in der Paarbeziehung

Die Dynamik kommt auch in der Paarbeziehung (wie im Einzelsetting) grundsätzlich aus personalen, psychodynamischen und körperlichen Quellen. Körperliche Reize können zu erheblicher Attraktivität (Erotik!) oder auch Abstoßungsreaktionen (z.B. durch Geruch) führen. Wir gehen in diesem Rahmen nicht weiter auf das große Gebiet der *körperlich* bedingten Dynamik ein, sondern möchten hier nur darauf verweisen. Der praktische Umgang mit ihnen geht vornehmlich über Entscheidungen und Einstellungen in Abstimmung mit der Psychodynamik. Die *psychodynamischen* Kräfte dienen dem unmittelbaren Selbstschutz, der im Beziehungsgefüge als subjektiv erforderlich empfunden werden (vgl. dazu die Rolle der Psychodynamik im existenzanalytischen Verständnis in Längle 1998). Auf der *personalen* Ebene sind es vor allem die Haltungen zum anderen, wie oben besprochen, die sich aus den existentiellen Strukturen (und den dahinterstehenden Interessen, Strebungen und Entwicklungen) ergeben. Auf der Basis dieser Strukturen entsteht eine personale Dynamik in der Paarbeziehung, die die existentielle Struktur aufgreift und sie in das dynamische Modell der EA überführt, wie es in der Personalen Existenzanalyse („PEA“ - Längle 2000) beschrieben ist. Die personale Dynamik bringt das Leben in die Beziehung und hält das Paar zusammen. Durch sie kann es miteinander umgehen, sich auf einander einlassen und wieder in die eigene Intimität zurückgehen. Die personale Dynamik wurzelt im Faktischen, bezieht ihre Kraft aus der Beeindruckbarkeit, erhält ihre Festigkeit durch die Stellungnahmen und vollzieht sich im Beantworten der Lebensfragen. Jede Paar-Beziehung „lebt“ daher durch

1. *Organisation*, wirtschaftliche Rahmenbedingungen und sich einlassen auf das, was die Realität des Paares ist;
2. Offenheit in der Beziehung durch sich *emotional Berühren-Lassen*;
3. Präsenz in der Beziehung durch *Stellungnahmen* vor dem anderen und zu sich selbst;
4. *Wirken* in der Beziehung durch Antwort-Geben.

Wenn dieser personale Fluß in Paaren nicht vorhanden (gestört, behindert, verebbt) ist, verblaßt die Beziehung. Ohne diese „nährende Dynamik“ beginnt sich das Paar auseinander zu leben, die Beziehung verliert an Kraft. Die Überwindung dieses Verlusts an Nähe und Leben in der Beziehung wird während der Paarbehandlung nicht selten von einem der Partner explizit eingefordert. Man hört dann Klagen wie: „Mein Partner kann so schlecht haushalten, ist so schlampig ... ist so unromantisch, gefühllos ... ihm/ihr ist alles recht, sagt nie eine Meinung, ich habe kein Gegenüber

**Körperliches Sein, psychische Bedürfnisse und personale Inhalte lösen eine Dynamik im Paar aus. Ist sie nicht von der Person durchdrungen, wird die Beziehung führungslos, konfliktthaft oder verliert an Kraft.**

... er/sie gibt selten eine Antwort, ist so stumm... ist einzig auf die Mutter konzentriert... ,,

Stagniert die personale Vollzugsdynamik (nach dem Modell der PEA), entsteht ein Defizit an Realisierung in einer oder mehrerer Grundmotivationen. Geraten Grundmotivationen in Gefahr oder werden sie zu schwach, führt das zur Mobilisierung von Psychodynamik in Form von **Copingreaktionen**. Ein durch Copingreaktionen der Situation abgerungener Schutz hilft zwar für den Moment zum Überstehen der Situation, geht aber stets auf Kosten der Qualität der Beziehung und führt auf Dauer zu ihrer Zerstörung. Mit Flucht, Hass, Überfürsorglichkeit usw. kann keine Beziehung auf Dauer erhalten bleiben. Die blockierten Grundmotivationen verwandeln sich zu speziellen Bedürfnissen mit psychodynamischer Dominanz. Diese beginnen die Beziehung zu prägen und müssen zu gelegentlichen oder gar ständigen Konflikten führen, da solche Bedürfnisse auf der psychodynamischen Ebene nie befriedigt werden können und somit zu ständigem Erleben von Frustrationen führen.

Ungezügelter Psychodynamik zerstört die Beziehung.

Hat eine Person solche personal-existentialen Defizite, die sich psychodynamisch als Bedürfnisse manifestieren, so strahlen sie in die Beziehung ein und können dazu führen, dass die Beziehung von Automatismen und (Coping-)Reaktionen geprägt oder vorwiegend aus einem psychodynamischen (d.h. auf das eigene psychische Überleben bzw. auf den eigenen psychischen Vorteil ausgerichteten) Verlangen heraus eingegangen wird. Dieses kann von einem selbst oder vom anderen unerkannt oder aber von einer klaren Sehnsucht geprägt sein, und selbst wenn dieses Verlangen im Laufe der Beziehung personiert wird, kann sie während dieses Prozesses konfliktuell aufbrechen. Z.B. kann das Bedürfnis, geliebt zu werden (besonders starke emotionale Berührbarkeit auf dem Hintergrund eines Beziehungs- und Wertemangels der zweiten Grundmotivation) dazu führen, daß z.B. eine Beziehung „gegen alle Vernunft“ zu einem Alkohol-Kranken eingegangen wird. Scheitert sie auf der Ebene der psychodynamischen Befriedigung, die keine existentielle Erfüllung mit sich bringt, ist zu erwarten, daß sich derselbe Ablauf mit einem anderen Partner wiederholt. Beginnt aber ein Prozeß der Personalisierung, und trifft die zunehmende Begegnungsfähigkeit, die ernsthafte Kritik, Abgrenzung, Mitteilung, Forderung sowie tiefere Hingabe, Rücksichtnahme und Empathie nicht auf einen Partner, der das aufzunehmen bereit ist (d.h. selbst nicht genügend weit „personalisiert“, von seinem Personsein durchdrungen ist), so wird die Veränderung dieses Partners dem anderen als Verlust des „alten“ Partners erscheinen. Oft bleiben Beziehungen in einem solchen Prozeß stecken – ein Partner „emanzipiert“ sich, wird reifer, erwachsener, der andere schützt sich, und die Beziehung ist von Distanz und Funktionieren geprägt.

Auf dem Hintergrund der geschilderten Theorie der Grundmotivationen können wir eine Landkarte der Beziehungsbedürfnisse beschreiben und sie konkret faßbar machen. Dazu

gehen wir anhand der „Struktur der Beziehung“ vor und analysieren das Erleben. Welche von den folgenden vier Hauptthemen der Beziehung liegt dieser Sehnsucht zugrunde?

Eine Landkarte der **Beziehungsbedürfnisse:**

- 1. Dominiert das Bedürfnis nach Schutz und Halt?** Wird (materielle) Sicherheit, Verlässlichkeit, Festigkeit gesucht? *Andererseits:* wenn es einem Partner gar nicht um Schutz, Halt oder Verlässlichkeit geht, dann kann das für den/die andere(n) auch ein Problem sein. Er/sie kann das Gefühl bekommen, daß seine/ihre Anwesenheit dem/der anderen nicht wichtig ist bzw. daß er/sie darin überfordert ist, ausgegützt wird.
- 2. Dominiert das Bedürfnis nach Zuwendung und Nähe?** Wird Nähe, Zärtlichkeit, Wärme gesucht? Berührung, Gefühl? *Andererseits:* wenn dies einem Partner nicht wichtig ist, kann das dem anderen ebenso ein personales Desinteresse vermitteln wie bei zu großem Verlangen. Er/sie wird den Partner/die Partnerin in einer wichtigen Dimension des Lebens und des Zusammenseins vermissen; immer allein in der Beziehung dafür aufkommen ist anstrengend, unbefriedigend, führt zum Gefühl des Ausgenutzt-Werdens.
- 3. Dominiert das Bedürfnis nach Anerkennung und Wertschätzung?** – Besteht ein Verlangen nach jemandem, der einen in der Tiefe sieht: nach gesehen werden als die/der, die/der man ist? Geht es um Anerkennung, Respekt, Achtung des Eigenen, ist für das Einhalten der Grenzen eine besondere Sensibilität gegeben? *Andererseits:* w.o.
- 4. Dominiert das Bedürfnis nach Sinn?** – Wird vom anderen erhofft, dass durch sie/ihn das eigene Leben einen Sinn erhält, z.B. durch gebraucht und benötigt werden? Um so für den anderen wichtig und unersetzlich zu sein? Oder möchte man durch sie/ihn in ein Lebensprojekt eingebunden werden, mit ihr/ihm in eine gemeinsame Aufgabe hineinwachsen? *Andererseits:* w.o.

## 5. Beraterische Anleitung zur Entlastung von Paarkonflikten

In der Beratung geht es i.a. nicht darum, die Beziehungsproblematik mit ihrem Entstehungshintergrund zu verstehen und zu bearbeiten, sondern vor allem um eine Problemfokussierung mit gezieltem Einsatz der Potentiale des Paares durch Veränderung der Bedingung und der Form, in der sie leben. Dafür sollen im Besonderen drei Themen, die in der Praxis häufig vorkommen und viel zur Entlastung von Paaren mit Spannungen beitragen können, vorangestellt werden. Die Vorgangsweise ist an das Strukturmodell der EA an-

**Beratung:** Einsatz von **Ressourcen**. Durch Entflechtung der Sachlichkeit von Emotionalität, Stimulierung von Respekt und Sinnkontext operationale Entlastung schaffen.

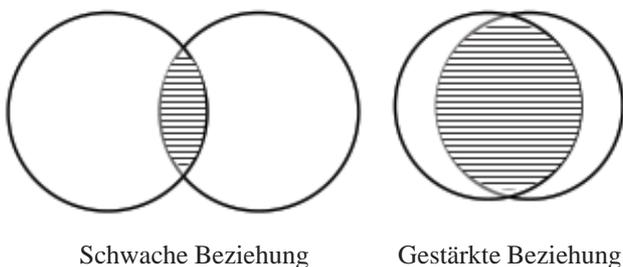
gelehnt und geht in der Reihenfolge: Sachlichkeit, Gemeinsames, Person, Sinn.

## 5.1 Situative Entlastung durch Entflechtung von Streitpunkten im Alltag.

Sind Paarbeziehungen einmal gestört, besteht viel Leiden durch Streitigkeiten im Alltäglichen. Man geht sich auf die Nerven, macht einander Vorwürfe, fühlt sich durch den Partner gleich persönlich angegriffen. In solchen Situationen kann die Beratung in dem Vorschlag bestehen, für die nächste Zeit *nur das Sachliche* zu besprechen, und im Alltag den Vorwurf an die Person zurückzustellen, d.h. nicht über die Beziehung, nicht über den anderen und auch nicht über die Gefühle zu sprechen. Damit wird eine *Entflechtung der verschiedenen Problemebenen* versucht: der Alltag ist zunächst für das Sachliche da, das Beziehungsmäßige und Persönliche braucht in diesen Fällen einen besonderen Schutz. Wenn es mit dem Funktionalen verbunden wird, kommt es zur Überfrachtung der Alltagssituation. In ihr hat man i.a. nicht die Zeit bzw. derzeit nicht die Beziehungsressourcen, um neben dem Funktionalen auch noch auf die komplizierten, unverständlichen Beziehungsthemen einzugehen.

## 5.2 Fundament stärken durch Besinnung auf gemeinsame Ziele.

Gibt es *derzeit* gemeinsame Ziele? Welche sind es für diese Woche; heute? Damit soll nach dem Entlastenden das Verbindende gestärkt werden. In der Beratung werden diese Aufgaben und Interessen durch das Paar konkret abgestimmt und gemeinsam hinsichtlich ihrer Realisierbarkeit durchbesprochen (z.B. daß das Kind regelmäßig die Aufgaben macht und betreut wird; Regelung von Einkäufen,... Urlaubsvorbereitung; spezielles Projekt eines Partners in der Arbeit...). Das führt zur Frage, worin der *konstruktive Beitrag* eines jeden einzelnen dazu liegen kann. Sind diese Beiträge gefunden, ist es wichtig, die persönliche Position zu festigen durch die Frage, ob jeder auch *bereit* ist, einen solchen Beitrag zu leisten? Es ist wichtig bei streitenden Paaren, diese Stellungnahme in der Gegenwart des Beraters einzuholen und mögliche Probleme zu klären, entsprechende Abmachungen zu treffen. Dadurch wird das „funktionale Wozu“ des Zusammenseins definiert. Wenn eine Beziehung auf dieser Ebene (der 1. GM) nicht funktioniert, führt das oft zu Unzufriedenheit und Vorwürfen. Mit dieser Vorgangsweise wird versucht, der Beziehung eine tragende Basis zu verschaffen für die komplexeren personalen Bezüge. Im Zentrum steht dabei nicht so sehr der funktionale Rahmen (außer die Problemlage liegt in ihrer Bewältigung), sondern welchen *Einsatz* jeder bereit ist zu geben.



## 5.3 Entwicklung der Beziehung durch pflegen von Liebens-Würdigkeit.

Sind die ersten Schritte gelungen, kann langsam der Blick auf das Du gehoben werden, indem man darauf schaut, was den anderen *liebenswürdig* macht. Das kann nun leichter möglich sein, wenn die Beziehung von den Verhedderungen des Alltags entlastet ist und auch schon manches Gemeinsame wieder läuft. Dazu dienen Fragen wie:

„Wo sehe ich Liebens-Würdiges *bei dir*?“

„Wie kann ich *mich* liebenswürdig machen? Was kann ich dafür tun?“

„Was sehe ich selbst, was wäre für dich liebenswürdig bei mir – und zu was davon bin ich bereit?“

**Vertiefung:** „Was *war* einmal liebenswürdig bei uns? Ist es nicht mehr? – Warum?“

## 5.4 Wofür ist es gut, daß wir zusammen bleiben?

Durch das Anfragen bzw. bewußt halten der Sinnperspektive besteht ein Kontext, der zusammenbinden kann, so er vorhanden ist. Aus ihm heraus kann wieder auf die ersten drei Punkte zurückgegangen werden – denn sie kulminieren in der Perspektive, daß die Bemühungen mittelfristig und langfristig auf „etwas Gutes“ ausgerichtet sind, das durch den Beitrag jedes einzelnen entstehen kann.

Dies ist ein einfaches Modell zu einer ersten Entflechtung von Paarkonflikten bzw. um in einen vertieften Arbeitsprozeß zu kommen. Aber es ist oft zu wenig, insbesondere wenn die Paare zu sehr im Streit liegen oder wenn die Probleme tiefergehend sind. Doch lohnt sich manchmal ein Versuch auf dieser einfacheren Ebene, wenn das Paar noch Ressourcen hat.

## 6. Strukturierungsanleitung für Paartherapie und Beratung

Eine *Vorbemerkung* zur Paartherapie: Die Konstellationen und Problemstellungen sind bei den einzelnen Paaren so unterschiedlich, daß keine einheitliche Vorgangsweise gegeben werden kann, die alle Szenarien abdecken könnte. Hier wird daher *exemplarisch* eine Form des Vorgehens geschildert, die wichtige Abschnitte beschreibt, die meistens benötigt werden, um in dem komplexen Gefüge eines Gespräches zu dritt eine konstruktive Schneise schlagen zu können.

Das *Spezifische*, das in einer Paartherapie zu bedenken ist, besteht in der höheren Komplexität der Therapie durch die Anwesenheit von zwei Personen mit unterschiedlichen Vorstellungen, Erwartungen, Verletzungen und unterschiedlicher individueller und (zumeist auch als unterschiedlich erlebter) gemeinsamer Geschichte. Darüberhinaus hat jedes Paar seinen Interaktionsstil entwickelt, durch den die Probleme ihre dyadische Fixierung erhalten.

Schon bei der **Anmeldung** ist auf eine Ausgewogenheit zu achten, um Benachteiligungen oder Bevorzugungen durch den Therapeuten zu vermeiden. Auch sollten keine einseitigen Dominanzen eines Partners in die Therapie hereingeschleppt werden. Darum empfiehlt sich bei der Anmeldung

die Rückfrage, ob der andere Partner auch selbst an einer Therapie interessiert sei?

**Setting:** Es empfiehlt sich i. a. 1 ½ bis 2 Stunden anzusetzen, weil in der üblichen Dreierkonstellation sonst zu wenig Zeit für die Aussprache bleiben kann, so dass sich einer der beiden benachteiligt fühlen kann.

## 6.1 Motivationsklärung

Am Beginn wird jeder Partner eingeladen sein Anliegen zu schildern, noch bevor auf die speziellen Probleme eingegangen wird. Warum kommt er, was erwartet er, was bewegt ihn? Das klärt *Haltung* und Bereitschaft für die Therapie. Die **Erwartungen** sind evtl. vom Therapeuten zu problematisieren, jedenfalls werden sie durch seine Stellungnahmen bestätigt bzw. abgerundet. Es soll ein realistisches, konkretes *Ziel* erarbeitet werden, das natürlich nur als *gemeinsames Ziel* zielführend ist, weil sonst die Gefahr besteht, daß die Therapie/Beratung dazu benützt wird, einander zu bekämpfen. Bei der Erarbeitung dieses Zieles bleibt der Therapeut/Berater unbedingt neutral! Er stellt nur allgemeine Inhalte fest: ob eine geäußerte Erwartung überhaupt Ziel einer Paartherapie sein kann (ist z.B. nicht gegeben, wenn ein Partner als Ziel angibt, mehr geliebt zu werden) – oder ob die Ziele realistisch und in dem Rahmen erreichbar sind. Die Interventionen sollen nicht zurückweisen, sondern einen Prozeß anleiten, z.B. durch Rückfragen: „Glauben Sie, daß Sie/wir das erreichen können?“

Es können *Erklärungen* erforderlich sein, z.B. dass ein realistisches Ziel nicht in einer Erfolgserwartung bestehen kann, sondern eine *Handlungserwartung* sein soll. Erfolgserwartungen wie „...daß wir besser miteinander können“ erzeugen Druck, weil sie als Zielsetzung etwas angeben, das sich nur von selbst ergeben, aber nicht gemacht werden kann. Ziele eines Arbeitsbündnisses können nur Aktivitäten sein, nicht Erfolge. Ein Ziel kann z.B. sein „...dass ich einmal meinem Partner mein Problem sagen kann, ohne dass wir gleich in Streit geraten...“. Es soll darum gehen, in einen Entwicklungsprozeß zu kommen, einen neuen Dialog zu finden, in Austausch zu kommen, nachzuschauen, wodurch die Probleme entstanden sind und wie sie angegangen werden können. – Aber ob das Paar nachher besser miteinander leben kann oder nicht, bleibt offen und ist nicht Aufgabe einer Paartherapie/Beratung. Hingegen liegt unser Interesse darin, zu schauen, was die Substanz dieser Beziehung sein könnte und wie Haltung und Interaktion verbessert oder besser gelebt werden kann, sodaß das Gemeinsame jedem einzelnen hilft, mehr sich selbst zu sein und als solcher wieder dem Gemeinsamen mehr geben zu können. Wir haben weder das Ziel, das Paar zusammenzuhalten noch auseinanderzubringen. Beides bleibt ihre Angelegenheit und wäre eine Grenzüberschreitung durch den Therapeuten/Berater.

## 6.2 Spontanbericht

In dem nun folgenden Spontanbericht über die **Problemlage** läßt man das Paar gleichsam *Platz* nehmen in dieser neuen Konstellation zu dritt und die Sachlage aus jeder Sicht-

weise schildern (entsprechend der 1. Grundmotivation). Dieser Abschnitt enthält implizit ein sich *vorstellen* sowohl als *Einzelpersonen* als auch als *Paar* und verschafft erste von jedem als wichtig angesehene Informationen über die Probleme, evtl. über Lösungsversuche und weitere Hintergründe, die für die Bearbeitung als bedeutsam angesehen werden (z.B. wie das Paar zusammengekommen ist, welche Erwartungen sie an die Beziehung gehabt haben usw.). Ausserdem werden im Spontanbericht auch erstmals Interaktionsweisen und *Beziehungsmuster* spontan sichtbar. Etwas von der *Atmosphäre*, in der das Paar lebt, wird spürbar: ist das Paar verschlossen, aggressiv, zugeneigt aber leidvoll usw.? Das gibt bereits erste Hinweise auf das, was das Paar braucht (z.B. Verbesserung des Interaktionsstils; mehr Aussprache; Klärung der Erwartungen an den jeweils anderen usw.).

Zur Abrundung dieses Abschnittes werden noch spezielle Fragen geklärt, sofern sie nicht vom Paar spontan berichtet worden sind:

- Bisherige **Problemlösungsversuche**? Spontane? Z.B. hat das Paar schon einmal Therapie in Anspruch genommen; oder mit Freunden öfters über ihre Probleme gesprochen?
- Erarbeiten und Herausstellen des **gemeinsamen Therapie-Zieles** und einer ersten Etappe auf dem Hintergrund der geschilderten Probleme. Dies kann eine Korrektur des vorher besprochenen Therapieziels sein, oder aber – was häufiger der Fall ist – eine Beschränkung auf einen Schritt in Richtung des grösseren Zieles (sie besteht z.B. oft darin, daß einmal jeder klar sagen kann, was ihn in der Beziehung bewegt, und daß der andere gut zuhört und zu verstehen versucht, ohne Seines aufgeben zu müssen).
- **Setting** klären auf dem Hintergrund der Problemlage (Frequenz der Gespräche; ausschließlich in Paarkonstellation, oder sind Einzelgespräche erwünscht, erwartet, notwendig, möglich aus Sicht des anderen Partners: wann und warum bzw. warum nicht?)  
Es empfiehlt sich, die *Zeiteinteilung* zu thematisieren: Jeder hat so viel Zeit, wie er braucht, um das Seine sagen zu können. Diese Mitteilung soll verhindern, daß das Gefühl entsteht, daß einer von beiden bevorzugt wird, nur weil er länger spricht und mehr Zeit braucht, um sich zu erklären. Das beste Kriterium ist inhaltlich (und nicht formal: die gestoppten Minuten): daß jeder das Seine so sagen kann, daß er von den beiden anderen im Setting verstanden wird.
- Ist einer der Partner die **treibende Kraft** für die Gespräche? Klären, warum er die Initiative ergriffen hat: weil es ihm schlechter geht? Oder fühlt er die Probleme besser? Oder liegt ihm mehr an der Beziehung? Oder ist er die initiativere Persönlichkeit?

## 6.3 Problemfokussierung

Nach dem ersten Entfalten des Problemfeldes kann es erforderlich sein, aus den vielen Themen das Schlüsselproblem bzw. jenes Problem herauszufinden, das als erstes angegangen werden soll (vgl. Kolbe 2008, Kap. 4). Dies wird i.a. gemeinsam mit dem Paar gemacht, das zu dieser Fragestellung eingeladen wird: „Was sehen Sie als Ihr vordringliches Problem an?“ Wenn jeder Partner aus seiner Sicht ver-

sucht, das zentrale Problem darzustellen, wird die Bearbeitung des Themas bereits eröffnet. Es kann ein Partner beim spontanen Problembereich z.B. sich in seinen Affekten verfangen und mit seinen Kränkungen so beschäftigt sein, daß er in Vorwürfe verfällt. Hier ist zum Schutz beider aktiv zu intervenieren. Oberflächliche Resümés („Ich habe die Nase voll“) sind auf das eigentliche Problem hin aktiv zu fokussieren. Solche spontanen Äußerungen können aber u.U. erklären, warum die beiden nicht weiterkommen, da sie ihr Problem nicht zu fassen bekommen. Dabei können Hintergrundproblematiken auftauchen, die bisher noch nicht gesagt wurden, wie z.B. daß der Partner sich vom anderen nicht mehr geliebt fühlt.

Bei der Problemfokussierung geht das Paar nun anders an ihre Situation heran. Die therapeutische/beraterische Situation unterscheidet sich dadurch, dass sie nun erstmals nicht mehr direkt miteinander über die Probleme reden, sondern *nur über den Therapeuten/Berater*, der zwischen beiden steht. Bei Paaren, die sehr verstritten sind, ist es besonders wichtig, diese Zwischenstellung einzunehmen und zu behaupten. Der Therapeut/Berater kann durch seine *neutralisierende Funktion* in der Problemfokussierung helfen.

An dieser Stelle ist eine Reflexion über die *Haltung des Therapeuten/Beraters in der Paartherapie/-Beratung* angebracht. Ganz grundsätzlich ist anzumerken: er gehört *beiden Partnern gleichermassen!* So einfach dies klingt, so ist doch bewußt zu halten, daß es nicht immer einfach ist, dies in der Praxis durchzuhalten; und noch schwieriger kann es sein, dass es auch von den einzelnen Partnern so empfunden wird. Um diese ausgewogene Position besser halten zu können, kann folgende Haltung hilfreich sein:

- a) Mit dem Selbstverständnis des Therapeuten/Berater ist eine Dynamik verbunden: Die Neutralität wird besser wahrgenommen, wenn sich der Therapeut/Berater zunächst nur als *Dialogvermittler* selbst versteht. Er übersetzt und faßt mit seinen Worten zusammen, was die Partner sagen. Es kommt dabei vor, dass man einen der Partner besser versteht. Es empfiehlt sich, beiden gleich rückzumelden, was man verstanden hat, damit beide verstehen, um was es jetzt geht und warum man mit dem anderen länger arbeitet, den man vielleicht noch nicht verstanden hat. Das bedeutet, daß es natürlich Unterschiede gibt in der Zeit und Zuwendung zu den einzelnen Partnern, obwohl man beiden gleich gehört.
- b) Im Prozess des Verstehens nimmt der Therapeut/Berater den *Partner dazu* und fragt den schweigenden Partner an, ob er das vom anderen wisse bzw. verstanden habe und wie er es verstanden hat. Wir bewegen uns noch immer auf der Ebene der ersten Grundmotivation (Fakten, Sachlichkeit), und es ist wichtig, zunächst sauber auf dieser Ebene zu bleiben.
- c) Wir versuchen nicht, *Schuld zu klären*, sondern interessieren uns dafür, wie die Probleme entstanden sind und was das Paar von sich aus nicht kann, um sie alleine zu lösen. Wir achten darauf, ob vorhandene *Ressourcen* (z.B. an Zuneigung) dabei zum Einsatz kommen bzw. wo nicht. Noch zwei *Hinweise* zur Problemfokussierung: Es ist für

den Prozeß wichtig, daß *jeder einzelne* seine Ansicht sagt und sagen kann. Wir versuchen dabei in der Formulierung und im Bemühen behilflich zu sein, wenn dies erforderlich ist. Wenn aber **Geheimnisse** im Raum stehen („ich kann nicht so offen darüber sprechen“ oder man spürt, daß ein Partner nicht wirklich reden will), dann kann es für die gemeinsame Arbeit schwierig werden. Das ist eine Stelle, wo es hilfreich sein kann, *Einzelsitzungen* vorzuschlagen. Unproblematisch ist es, wenn solche Einzelsitzungen zum Thema bei einem anderen Therapeuten/Berater gemacht werden. Sollte man selbst solche Sitzungen übernehmen wollen oder dazu gebeten werden, dann hat sich der Therapeut/Berater vorher zu fragen, ob er mit beiden weiterhin arbeiten kann, wenn er ein Geheimnis des einen weiß, über das er in gemeinsamen Sitzungen nicht sprechen darf. Das kann schwierig werden und erfordert Erfahrung und Geschick, damit so ein Geheimnis die Beziehung zur anderen Person nicht stört. Supervision ist im besonderen Maße in solchen Fällen erforderlich.

Es gibt jedoch zwei *Voraussetzungen*, die unbedingt gewahrt sein müssen, um an eine Übernahme von Einzelgesprächen durch den gemeinsamen Paartherapeuten überhaupt zu denken: der andere Partner muß damit einverstanden sein und keiner der Partner darf hysterische Züge haben. Denn dann ist damit zu rechnen, daß die Situation von diesem Partner ausgespielt und die Beziehung zum anderen Partner untergraben wird (nach dem Muster: „Der Therapeut/Berater hat mir von dir gesagt... und er findet das auch nicht gut...“).

Zu beachten ist, daß es gerade bei der Problemfokussierung leicht zu Streitigkeiten kommen kann. *Methodisch* ist es hier wichtig, daß der Therapeut/Berater unbedingt **intervenierte**, um den aufkommenden Streit aktiv zu unterbrechen (Motto: „Das können Sie zu Hause wieder!“). Die Sitzung dient dazu, daß sich die Partner aussprechen können, und daß der andere zuhört. Das ist bereits eine Übung im Schaffen einer partnerschaftlichen Basis, die nicht zur Unterwerfung führen soll. Ein paar konkrete methodische Hinweise:

- Der zuhörende Partner hat die Aufgabe (die ihm explizit gesagt wird), sich im *Verstehen* zu üben; in dem Kontext darf er natürlich nachfragen.
- Der sprechende Partner (vielleicht auch der zuhörende – das kann nicht immer gesteuert werden) darf sich auch mal Luft machen; nur *verletzende*, ausfällige oder übergriffige Äußerungen sind vom Therapeuten/Berater her einzudämmen. Wenn *Vorwürfe* auftauchen, sind sie abzufangen und zu problematisieren! Es reicht oft, sie als Vorwürfe aufzudecken und als nicht hierher gehörig erklären, weil sie nicht weiterhelfen.
- Auf maximale *Sachlichkeit* achten!
- Das Verstandene vom *anderen* Partner *wiederholen* lassen. Sich Zeit nehmen zum Verstehen, um eine gemeinsame Basis aufzubauen.

## 6.4 Problemanalyse durch den Therapeuten/Berater

Mitlaufend zu den vorigen Schritten geht die innere Arbeit des Therapeuten/Beraters. Auch er ist aufgefordert, sich

ein Bild über die Problemlage zu machen auf der Basis seiner *Kompetenz*, seines Fachwissens, seiner Einschätzung und seines persönlichen Gespürs. Er wird folgenden Themen nachgehen:

- Welche *Annahmen* über die Störungsursachen ergeben sich beim Zuhören (z.B. zu wenig Zeit für einander, Eifersucht ...)? Welche Probleme kommen von welchem Partner herein und welches sind gemeinsame Probleme (z.B. beide nehmen sich zu wenig Zeit für einander)?
- Welche Probleme artikulieren sie? Welche Probleme werden *nicht artikuliert*, sind aber *spürbar* (z.B. Expansion des Hysterikers)?
- Haben die Probleme mit der *Entwicklungsphase* zu tun, in der sich das Paar befindet? (Z.B. mit der Umstellung mit dem ersten Kind; leeres Nest-Syndrom...)
- Wodurch werden die Probleme *aufgeschaukelt*? Z.B. führen die Vorwürfe der Partnerin zu einem Unterlegenheitsgefühl des Mannes; er reagiert mit Schweigen, wodurch sich die Frau alleingelassen fühlte und erneut Vorwürfe macht.
- In der systemischen Therapie wird an solchen Stellen gerne paradox gearbeitet: „Was müßten Sie tun, damit es immer so bleibt?“ Solche ungewohnten Fragestellungen helfen manchmal, Klarheit darüber zu bekommen, was das Problem am Leben erhält. Manche Mißverständnisse werden dadurch geklärt.
- Evtl. ist an dieser Stelle der Problemanalyse schon eine *erste Schadensbegrenzung* angebracht, z.B. vorübergehende Trennung als erste Hilfe anzuraten. Um dadurch in einem allfälligen späteren Streitfall keine juristische und wirtschaftliche Benachteiligung für einen Partner heraufzubeschwören, ist es wichtig zu dokumentieren (unterschreiben lassen!), daß diese Empfehlung vom Therapeuten/Berater stammt und von beiden als therapeutischer Versuch verstanden wurde! – Als Faustregel wird oft angegeben, vor einer definitiven Trennung so viele Monate getrennt zu leben, wie man vorher in Jahren zusammengelebt hat.

*Therapeutische Vertiefung:*

- *Phänomenologie:* Wie wirken die beiden auf mich als Therapeuten? Beachten der *Art*, wie sie sprechen. Spüre ich eine Dynamik dahinter? Was bewegt sie? Das phänomenologisch Wahrgenommene evtl. in Rückmeldung geben, damit sich die Partner in einer Außensicht zu sehen bekommen. Verstecktes macht viel Dynamik!
- *Gegenübertragung:* Habe ich *Sympathien*? Diese für sich feststellen. – Warum? – Achten auf *Verbündungstendenzen* mit dem gegengeschlechtlichen (im Falle eines homöoerotischen Therapeuten: gleichgeschlechtlichen) Patienten; es sind aber auch, abhängig vom Problembereich, *Solidarisierungen* mit dem gleichgeschlechtlichen Gesprächspartner möglich, besonders im Zusammenhang mit Rollen-themen.
- Welche *Diagnosen* und Persönlichkeitstypen liegen vor? Wenn z.B. ein Paar Probleme hat, weil ein Partner eine *Borderlinestörung* hat, soll der Fokus von der Interaktion weg auf die Persönlichkeit gelenkt werden. Denn in der

Interaktion der Paartherapie wird das Problem nicht gelöst werden. Vom Partner bedarf es Verständnis und vom Kranken Arbeit an der Störung.

*Durcharbeitung:*

Bis hierher haben wir uns weitgehend auf der Ebene der *ersten Grundmotivation* bewegt – bei dem, was „Sache“ ist. Sollte sich die Problemfokussierung und Problemanalyse des Paares mit der Einschätzung durch den Therapeuten/Berater decken und sich ein klares Problem ergeben, kann es anhand der Grundmotivationen nun fokussiert durchgearbeitet werden.

Auf der Ebene der *zweiten Grundmotivation* geht es dann um das Thema, wie es den einzelnen Partnern bei dem Problem geht, wie sie sich dabei fühlen.

Auf der Ebene der *dritten Grundmotivation* wird danach gefragt, was ihnen dabei wichtig ist und wovon sie sich abgrenzen möchten.

Wenn dies geklärt ist, kann schließlich auf die *vierte Grundmotivation* geschaut werden: was sie für die Beziehung beitragen möchten.

## 6.5 Subjektive Sicht der Probleme im Beziehungsfeld: selbst-transzendentes Fragen

Wenn sich noch kein gemeinsames oder klares Problemfeld ergeben hat, an dem die Arbeit im Einverständnis beider begonnen werden kann, ist eine weitere Bodenbereitung für ein gemeinsames Arbeiten notwendig. Dies sprengt üblicherweise den Rahmen der Beratung und gehört primär in den Rahmen der Therapie.

Eine weiterhin bestehende Unklarheit liegt oft darin begründet, daß jeder Partner sein *eigenes Verständnis* der Probleme hat. Es kann in einem solchen Fall helfen, die subjektive Sicht jedes einzelnen noch näher heranzunehmen und den Partner in diese vertiefte Arbeit einzubinden. Dadurch und durch das Anfragen des Verständnisses von beiden wird die *Person aktiviert*. Dabei wird die Innensicht und das „von außen“ auf sich schauen verbunden (wir bezeichnen dies in der EA als „selbst-transzendentes Fragen“ – Fragen, wo man sich auf den anderen bezieht und über sich hinwegschaut). Hier einige konkrete Schritte und Formen des selbst-transzendenten Fragens:

### 6.5.1 Stellungnahmen zu sich

Ein Partner wird angeleitet, den folgenden Fragen in Gegenwart des anderen nachzugehen:

- „Welches Problem, glauben Sie, hat *Ihr Partner mit Ihnen*?“
- Durch eine solche Frage wird eine Selbst-Distanzierung zur Problematik induziert, weil der Partner nun von außen auf sich schaut. Gleichzeitig ist es ein Versuch, den anderen zu verstehen. Darum ist die Frage beziehungsstiftend, weil sich der eine Partner in die Haut des anderen versetzt. Manche Mißverständnisse werden dabei geklärt. Schließlich kann es Nähe beim anderen erzeugen, wenn er sieht, daß er verstanden ist.
- Wie ist das Problem „*mit mir*“ verbunden – was ist mein Anteil dabei?

Der andere Partner kann dadurch den einen besser *verstehen* und kennenlernen. Es hilft insbesondere, Vorwürfen zuvorzukommen (ein Vorwurf heißt ja immer: du weißt nicht, was du tust, aber du könntest doch! – Wenn man offen über sich spricht, dann weiß der andere, wo er beim anderen steht). Da sich der Partner *persönlich* zeigt, bewegt das den anderen, wenn es ihn erreicht. Wenn es den anderen nicht berührt, kann der Therapeut vermittelnd einspringen, sein Berührtsein durch das Persönliche ins Gespräch bringen und es dem anderen damit nahebringen, einfühlsam machen.

**6.5.2 Stellungnahme des Partners** zur Sicht des einen („Wie sehen Sie das? Stimmt das so für Sie? Was möchten Sie ergänzen, richtig stellen?“) Er wird gleichsam als „Supervisor“ zum Thema eingeladen.

Dieser Schritt macht viel von der *Dynamik der Beziehung* deutlich: vom Einfluß nehmen wollen auf den anderen, vom in sich Stehen-Können, von Unterschieden im Verständnis und Erleben ...

**6.5.3 Stellungnahme des Therapeuten und des ersten Partners.** Der Therapeut kann aus der Beobachtung der beiden zusätzliche Informationen gewinnen, die beiden noch verschlossen ist; wichtig ist auch, daß er bestätigt, wenn die ausgetauschten Inhalte auch seine Sichtweise trifft. Das stärkt die Sicherheit im Verständnis und in der Wahrnehmung der beiden.

Dieselben Schritte können nun im *Rollentausch* mit dem anderen Partner durchgeführt werden, wenn dies noch erforderlich ist.

Diese Vorgangsweise soll helfen, einen *Dialog* aufzubauen und ins *offene Gespräch* über das Problem zu kommen.

## 6.6 Problemgeschichte

Nach dieser Vertiefung und Konkretisierung der Probleme kann es wichtig sein, die Problementstehung aus der Geschichte anzuschauen:

- Seit wann gibt es diese Probleme?
- Wie haben sie sich entwickelt? Gab es einschneidende Erlebnisse oder Vorkommnisse?
- Wie ist das Paar damit umgegangen?
- Was hat jeder einzelne zum Problem und zu seiner *Erhaltung* beigetragen?
- Was sieht jeder als seinen Anteil an?

Es finden sich manchmal Probleme, die vom Paar nicht (oder nie) richtig besprochen wurden, obwohl sie den Anfang einer ganzen Problem-Entwicklung darstellen.

Z.B. hat ein Paar, wo beide Partner schon geschieden waren und Kinder hatten, ihre Heirat auf Anraten eines Psychologen zum Schutz der Kinder heimlich vollzogen. Die Frau störte es, doch gab sie nach und hat auch später die heimliche Heirat nie wieder angesprochen, auch als sie merkte, daß der Mann sich in der Öffentlichkeit nie zu ihr stellte ... In den Gesprächen wurde deutlich, wie diese Vorgangsweise die Beziehung von Anfang an auf eine schiefe Ebene gebracht hatte. Von Anfang an war Unklarheit, Unehrllichkeit, Verheimlichung der Begleiter dieser Beziehung.

Nach der nun erfolgten Problemanalyse soll der *Boden der Beziehung* geschaffen werden und ein *Gegengewicht* zum Problematischen aufgebaut werden. Dafür gehen wir der Frage nach: wovon lebt diese Beziehung? Wir schauen auf die Beziehungsmotivation:

## 6.7 Beziehungsmotivation und Ressourcenklärung

Es ist wichtig, daß in einer Paartherapie/-Beratung der Blick auch auf das *Eigentliche und Wertvolle* gerichtet wird, das das Paar (noch immer) zusammenhält. Auch wenn ein Paar Probleme mit einander hat, wird es doch durch einen positiven Hintergrund zusammengehalten. Solange ein Paar streitet, hat es verbindende Werte. Die Probleme mögen die Werte verdecken – aber zum Streit kann es ja nur kommen, weil sie etwas zusammenhält. Mehrere Ebenen des Verbindenden können angegangen werden:

- *Primärmotivation*: Warum hat dieses Paar die Beziehung begonnen? „Unter welchem Stern und mit welcher Zielsetzung sind Sie in der Beziehung angetreten? Ging es um Liebe, Wochenend-Gestaltung, nicht alleinsein, Hobbies, Kinder, Geld, Sicherheit, Sexualität, Gespräch, was Sie mit diesem Partner teilen wollten?“ – Die Primärmotivation hat einen geradezu magischen Einfluß auf die Ausgestaltung der Beziehung (nach dem Sprichwort: „Wie man sich bettet, so liegt man“).
- *Hereinholen der ursprünglichen Magie*: „Was hat Ihnen am anderen *gefallen*? Was hat Sie angezogen?“ (Das kann sich im Laufe der Zeit ändern; es kann auch sein, daß der andere es nicht bemerkt hat.) „Wie war das, als sie zusammenzuleben begannen?“ – Das erste Gefühl soll wieder erinnert und seine Kraft geprüft werden, die es jetzt (noch) hat. Ob Wehmut entsteht? Ob es erloschen ist?
- *Kognitive Beurteilung*: Wie *realistisch* war das Primärmotiv und die Einschätzung der *Kraft der eigenen Liebe* – was wurde ihr damals zugeschrieben, das mit ihr bewirkt werden könnte? – Manchmal findet sich eine illusionäre Verknennung der Macht der Liebe, nach dem Motto: „So wie ich liebe, kann es nur gut werden mit uns beiden... Meine Liebe bringt ihn sicher vom Alkohol weg!“ Es finden sich manchmal überzogene Forderungen an die Liebe des anderen: „Wenn du mich liebst, wirst du auch meine Fehler annehmen! Sonst ist es keine Liebe!“  
Wie realistisch war die Einschätzung der *Macht der Realität*?

Wurde die Bedeutung der *Herkunfts-Familie* auf die Beziehung bedacht? – War den Partnern klar, dass man nie nur den Partner heiratet, sondern auch eine Familie mite heiratet? (Eine häufige Schwierigkeit ist das Nicht-Angenommensein durch die Familie des Partners, was sich über die Jahre oft destruktiv auswirkt.)

War der Einfluß der *sozialen Zugehörigkeit/Schicht* gesehen worden? Er macht sich über die Jahre zunehmend bemerkbar und kann Mißtrauen in die Beziehung bringen. War der Einfluss der *Religion* und der *Kultur* richtig eingeschätzt worden, oder ist das Paar jetzt von diesen Unebenheiten der Realität heimgesucht worden?

- *Stellenwert des Partners* im heutigen Leben: „Was bedeu-

tet der andere für Sie? Was stellt er für Sie dar, wofür ist er Ihnen wichtig? – Welche *Erwartungen* haben Sie heute an den Partner?“

- *Klären des Partner-Erlebens*: „Wie erleben Sie sich in seiner Gegenwart?“ Es kommt nicht selten vor, dass sich ein Partner vom anderen trennt, weil er sich selber in der Nähe des anderen nicht ausgehalten hat. Manchmal liegt dieses Gefühl aber nicht an der Qualität der Beziehung, sondern hat mit persönlichen Problemen zu tun. Z.B. wurde ein Partner in der Nähe des anderen so sehr an seine narzißtischen Wurzeln herangeführt (was heilsam gewesen wäre!), daß er sich immer wieder unwohl fühlte und dieses Unwohlsein auf den Partner projizierte. Oder in einem anderen Falle trennte sich ein Partner, weil er seine depressiven Schwankungen der Beziehung zuschrieb. Doch erst als er bemerkte, dass sie auch nach der Trennung weiterbestanden und in der neuen Beziehung unverändert auftauchten, begab er sich in Therapie. – So entstehen manche Probleme in Beziehungen, weil ihr Probleme zugeschrieben werden, die unverstanden sind; oder auf sie projiziert werden, um von sich abzulenken.
- Schließlich ist ein besonderes Augenmerk darauf zu lenken, was das Paar *gut kann*. Was funktioniert? Wo ergänzen sie sich? Gibt es Freunde, Familienangehörige, gemeinsame Projekte usw., was das Paar im Zusammenbleiben unterstützen würde?

## Eine allgemeine Zwischen-Bemerkung zur Kommunikation:

Wenn *Kommunikationsstörungen* auftauchen, sollte ihnen der Vorrang eingeräumt werden und man sollte sie gleich ansprechen. Inhaltliche Probleme sind zurückzustellen, solange die Kommunikation gestört ist (Vorwürfe!). Denn dann läßt sich kein Thema zielführend bearbeiten. Mißverständnisse (z.B. durch interpretierendes Zuhören; unklare Begrifflichkeit usw.) verkomplizieren die Lage (sie können natürlich eine beziehungsbedingte Grundlage haben, dann beißt sich die Katze in den Schwanz); wenn nicht auf einander eingegangen werden kann, einander nicht zugehört werden kann, hat das Besprechen von Problemen wenig Sinn. – Andererseits: Wenn das Paar ein gutes Werkzeug hat, gut miteinander kommunizieren kann, ist es in der Lage, viele Themen alleine zu besprechen.

*Zentral* für die Kommunikation ist aus existenzanalytischer Sicht, daß das Paar lernt, das Eigene in Gegenwart des anderen zu bewahren und daraus mit dem anderen in Dialog zu kommen. Eine Beziehung muß so viel Raum geben, daß das Eigene eines jeden Platz hat und gefragt ist.

Daraus leitet sich ja auch das Therapeutenverständnis ab: in erster Linie Dialogvermittler zu sein; nur in zweiter Linie jemand zu sein, der Analysen unterbreitet oder Lösungsvorschläge macht.

## 6.8 Trennungsgedanke (Szenario)

Die Möglichkeit der Trennung muß in der Vorstellung der Partner Platz haben – und wenn die Schwierigkeiten trotz Paartherapie anhalten, soll eine mögliche Trennung gemein-

sam und explizit überlegt werden.

Das Ansprechen einer möglichen Trennung hat vielfältige Auswirkungen:

- Es deckt die inhaltlich leeren, *nicht tragfähigen Motive* auf, die für die Aufrechterhaltung einer Beziehung nicht ausreichen (z.B. Zusammenbleiben wegen der Öffentlichkeit, wegen dem Haus...);
- Es wird die *Eigenverantwortung* im Kontext der *Freiheit* bewußt („ich könnte mich ja trennen... ich muß ja nicht in der Beziehung bleiben... es liegt an mir...“);
- Eine damit aufkommende Angst läßt die *Schwächen* und *Unfähigkeiten* eines Partners spürbar werden, die dem anderen eine Belastung bedeuten können (z.B. nicht allein sein zu können);
- Es wird durch den Kontrast spürbar, welche *Werte* (Nähe, Vertrauen, Liebe...) auf dem Spiele stehen und was man durch eine Trennung verlieren würde;
- Durch das Ansprechen wird aber auch deutlicher, was verloren geht, wenn man sich nicht trennt. Kontrastwirkungen verschärfen die Wahrnehmung. Es entsteht ein größerer *Realismus*, und die *Konsequenzen* werden deutlicher;
- Der *Druck* für den Therapeuten nimmt ab, weil auch diese Alternative ins Spiel kommt und sein darf, und der Therapieerfolg nicht darin besteht, um jeden Preis beisammen zu bleiben.

Dazu können Fragen hilfreich sein wie:

- „*Warum* eigentlich *nicht* auseinandergehen?“ Die Wertanalyse kann noch konkreter werden: „Habt Ihr Euch einmal überlegt, auseinanderzugehen? – Wie wäre das? Wäre es ein Gewinn an Freiheit? – Warum habt Ihr das bis jetzt nicht getan?“
- *Auflösung der Unfreiheit*: Die Möglichkeit der Trennung ist stets gegeben, wie die Möglichkeit des Menschen, jederzeit Selbstmord machen zu können. Der Mensch muß nicht leben, er ist frei – auch frei, sich zu trennen, frei in der Partnerschaft. Wenn die Trennung nicht als Möglichkeit gesehen wird, entsteht das Gefühl der Abhängigkeit und des Gezwungenseins. Damit kommt das *Problem der Unfreiheit* in die Beziehung. Dies kann – mehr oder weniger bewußt – zu einer *Bekämpfung* der eigenen Unfreiheit am Partner führen.
- Das Trennungsszenario ist möglichst nahe an der Realität durchzugehen: Kinder, Finanzielles, Wohnsituation...
- Natürlich wird von therapeutischer Seite einem Paar kaum geraten sich zu trennen (oder beisammenzubleiben) – das muß aus ihnen kommen, in ihnen wachsen (um dem dann auch gewachsen zu sein) und daher ihre Entscheidung bleiben! Wenn das Paar sich dahingehend bespricht, ist der Therapeut auch nach seiner Einschätzung der Lage gefragt, indem er einen Kommentar, eine Bestätigung oder Problematisierung dazu abgibt.

Das Ansprechen des Trennungsszenarios bewirkt eine Mobilisierung der letzten Ressourcen. Das verhält sich analog zum Ansprechen eines Selbstmord-Gedankens in der Einzel-Therapie z.B. bei einem depressiven Patienten. Fin-

det sich ein solcher, so ruft das alles auf den Plan, was vom Selbstmord abhalten kann: Werte, Sinn, Konsequenzen, Haltungen kommen zur Sprache. Eine ähnliche Mobilisierung ist mit dem Trennungsszenario verbunden.

- **Emotionale Antizipation der Trennung:** eine eventuelle Trennung im vorhinein *betrauern*: „Wenn wir das machen, wie wäre es für mich? Was würde mich traurig machen? – Natürlich würden Sie Erleichterung und Freiheit spüren, aber es würde auch etwas verloren gehen. Wie wäre das für Sie?“ Das emotionale Durchfühlen einer möglichen Trennung bringt u.U. nochmals neue Gründe oder Gefühle für das Zusammenbleiben. Aber es bereitet auch eine Trennung vor. Wichtig ist nur, daß die Trennung nicht nur kognitiv und sachlich durchbesprochen wird, sondern auch ins Gefühl gebracht wird.

## 6.9 Schlußphase

### 6.9.1 Vertragsbildungen

In jeder Beziehung sind **Absprachen** zu treffen und gemeinsame Werte und Ziele im Falle des Beisammenbleibens zu verhandeln, nach dem Motto: „Wer gute Verträge hat, kann sich gut vertragen.“ Aber auch im Falle der Trennung ist es nun wichtig, Verträge auszuhandeln.

Im Falle des Beisammenbleibens sollen nun systematisch Ressourcen in die Beziehung eingebaut bzw. mobilisiert werden. Einige häufige Beispiele für solche Vertragsbildungen und Absprachen seien hier angeführt:

- **Begegnungen pflegen:** „*Beziehungsabende*“. Das Paar vereinbart, einen Abend pro Woche gemeinsam und ohne Ablenkung (TV, Club, Freunde...) zu verbringen. Beziehungen brauchen *Investitionen*. Dafür ist oftmals erst ein Bewußtsein zu schaffen und anfangs ist der Prozeß zu begleiten. *Vorgaben* evtl. präzisieren: ein Thema wählen, das Gespräch zeitlich begrenzen, damit es nicht ausufert, Kriterien erkennen, wann das Gespräch schlecht läuft und im vorhinein überlegen, was sie dann tun können, insbesondere wenn *Streit* entstehen sollte.

In einem solchen Fall kann folgende Hilfestellung dienen:

1. Wer den Streit bemerkt, hat die Pflicht, das Gespräch zu *unterbrechen*: „Das haben wir ja abgemacht, daß wir unterbrechen, wenn Streit ist! Jetzt glaube ich, beginnen wir gerade wieder zu streiten.“ – Jeder soll in eine phänomenologische Analyse der Problematik/Vorwürfe gehen und sich fragen: was tut mir weh, was berührt mich? –
2. **Persönliche Mitteilung:** dem Partner sagen, was einem nicht gut tut, wo es weh tut, was jetzt das eigene Problem ist. Und falls der andere nichts dazu sagt, ihn auf der Ebene der Symmetrie anfragen: „Wo habe ich dich verletzt?“

Es besteht die *Abmachung*: jeder kann und soll seine innere Realität äußern und der andere nimmt sie *ohne Widerspruch* entgegen (= respektieren).

Ziel ist, im Streitfall nicht *über* den anderen zu reden, sondern *nur von sich* zu sprechen, und dadurch den Charakter des Personalen in der Beziehung möglichst zu erhalten.

Es ist darauf zu achten, daß Generalisierungen vermieden werden („Du hast immer schon dich so verhalten... nie mir zugehört...“), sondern konkret auf das persönliche Erleben im Hier und Jetzt bezogen bleiben.

*Kontraindiziert* ist der Vorschlag für gemeinsame Abende, wenn akute oder große Verletzungen stattgefunden haben. Erfahrungsgemäß laufen sie dann meistens nicht gut ab.

- **Explizit herausarbeiten:** Welches sind unsere *gemeinsame Werte*? Was ist unsere *Aufgabe* als Paar – etwas, wo es uns beide braucht?
- **Miteinander *Spielregeln* finden.** Konkrete Situationen durchgehen, planen, den Problemen vorbauen (z.B. Weihnachten, Besuch bei Schwiegermutter...), nach Instrumenten/Mitteln suchen, um solche Situationen im Problemfall besser meistern zu können.
- ***Begegnung im Alltag:*** Wo begegnen wir uns im Alltag, wo tauschen wir uns aus? Wo gelingt es? Wo könnte es mehr sein, wenn wir achtsamer darauf wären? Wo haben wir Bedürfnisse dafür?
- ***Kultivierung der Trennung:*** Wenn das Paar nichts mehr zusammenhält, dann liegt der Fokus darin, an einem guten Auseinander-Gehen zu arbeiten, sodaß möglichst *wenig Schaden* entsteht und ein *Rest von Liebe*, der vielleicht (gar nicht selten im übrigen) noch da ist, jedenfalls aber ein *Respekt erhalten* bleiben kann.

### 6.9.2 Aussprachen und Begleitung im Prozeß

In der kontinuierlichen Begleitung des Prozesses und der Veränderungen wird der Fortgang beobachtet, werden neue Erwartungen, Enttäuschungen und Probleme aufgegriffen.

Die Therapie kann nie so weit gehen, daß alle Konflikte bereinigt wären und nie mehr gestritten würde. Ein gutes Paar kann gut miteinander streiten. Ziel ist, daß sie *mit ihren Konflikten selbst umgehen* lernen, eine *Streitkultur* entwickeln mit Spielregeln und Streitformen, die mit einer Haltung des einander Lassens und Respektierens einhergehen. Wenn das Paar einander nicht das Recht auf eine andere Meinung abspricht, sondern jeder für das Eigene *und* für das Gemeinsame einsteht, im Bedarfsfall auch kämpft, hat das Paar eine gute Basis.

Dieser Boden kann besser entwickelt werden, wenn im Verlauf der Gespräche immer wieder ganz pragmatisch die Frage einfließt: „Was trage ich selber zur Erhaltung der Beziehung bei?“ Im Bewußtsein der Eigenverantwortlichkeit wird die Dynamik auf realistische *Entwicklungspotentiale* der Beziehung gelenkt.

### 6.9.3 Weiterentwicklung der Beziehung: tiefere Paartherapie

Nach der Lösung der akuten Konflikte und wenn der Wunsch besteht, zusammenzubleiben, ist eine vertiefte Arbeit zur Fundierung und zum Ausbau der Fundamente der Beziehung oftmals angeraten. Dazu kann die **PEA** zur **Intensivierung der Dynamik** und das Modell der **Grundmotivationen zur Festigung der Struktur** helfen.

Sowohl aus dem Prozeß- als auch aus dem Strukturmodell der Existenzanalyse ergeben sich Fragen, die für eine systematische Arbeit an der Verbesserung der Paarsituation geeignet sind. Sie werden hier überblicksmäßig vorgestellt.

Die Fragen kann jedem Partner auch zur Eigenreflexion zu Hause mitgegeben werden. Partner können sich diese Fragen gegenseitig stellen und sich darüber austauschen. Die Fragen können auf konkrete Situation bezogen oder ganz allgemein gefragt werden. Im Rahmen der Paartherapie können sie auch als „Hausaufgaben“ mitgegeben werden.

# ORIGINALARBEIT

Vertiefungsfragen zur Intensivierung der Beziehungsdynamik:

Den Schritten der PEA folgend können z.B. folgende Fragen bearbeitet werden:

## PEA1: *Einfühlen und Dasein (Eindruck):*

Wie *fühle* ich mich bei Dir? Wie erlebe ich *mich* in Deiner Gegenwart?

Was mag ich an Dir?

Welchen *Impuls* spüre ich spontan bei Dir – wenn ich Dich sehe, wenn wir zusammenkommen, beisammen sind?

Was empfinde ich als *störend* von Deiner Seite?

Was gibst Du mir zu *verstehen* mit all dem? Was vermittelst Du mir, wie Du zu mir stehst?

Was *gibst* Du mir?

## PEA2: *Verstehen und Stellungnahmen:*

*Verstehen:* Fühle *ich* mich verstanden? Wo? Wo nicht?

Wo verstehe ich *Dich*, in dem, was Dir wichtig ist? Wo nicht?

Was fehlt mir bei Dir? – Was fehlt Dir bei mir?

*Stellungnahme zum Partner:* Was *halte* ich von *mir* in der Beziehung? Welches Bild habe ich von mir als Dein Partner? Was ist mein *Beitrag* zur Beziehung? Wo *bemühe* ich mich? Wo lasse ich es mir etwas kosten? Liegt mein Beitrag nur auf der Funktionsebene (z.B. aufräumen, Geld, organisieren...) – scheint mir das genug zu sein?

*Stellungnahme zum Partner:* Welches Bild habe ich von *Dir*? Was *halte* ich von Dir als meinem Partner? Was ist Dein Beitrag zur Beziehung? – Antwort einholen, evtl. in Gegenwart vom Therapeuten und seinen Kommentar dazu hören.

Habe ich das tiefe Gefühl, daß wir eigentlich zusammengehören? Ist es richtig, daß ich bei Dir bin, Du bei mir? (*Gewissen*)

*Wollen:* Was will ich eigentlich von Dir? Was ist mir persönlich wichtig in unserer Beziehung?

## PEA3: *Handeln:*

Was möchte ich Dir gerne geben/tun? Was gebe ich nicht gerne – und Du verlangst es aber (immer wieder) von mir?

Wenn ich nur noch einen Satz Dir sagen könnte (z.B. am Sterbebett) - was würde ich Dir sagen mögen?

## Fragen zur Festigung der Beziehungsstruktur (Kurzfassung):

Anhand der Dimensionen der Struktur der Existenz, die sich auch in der Beziehungsstruktur niederschlagen, können folgende Fragen Anleitung zu einer vertieften Arbeit an der Beziehungsstruktur geben:

**1. GM:** Gebe ich Dir genügend *Raum*? – *Habe* ich genügend Raum, damit ich sein kann neben Dir?

**2. GM:** Gebe ich Dir genügend *Zeit*? – *Bekomme* ich genügend Zeit, um das Schöne mit Dir fühlen zu können, um Dich fühlen zu können?

**3. GM:** *Schätze* ich, was Du tust? – *Bekomme* ich genügend Wertschätzung für das, was ich tue?

**4. GM:** Trage ich zu unserem gemeinsamen *Sinn* bei? – *Bekomme* ich von Dir bei den Projekten und den gemeinsamen Werten Deinen Beitrag? Leben wir sie gemeinsam?

Mit diesen Fragen kann eine Atmosphäre der Offenheit für den anderen, für sich selbst und für das Gemeinsame entstehen. In ihr kann sich eine Entwicklung des Paares auf der Basis des Personseins verdichten, sodaß das Wesen jedes einzelnen wie auch das Wesen des unverwechselbar Gemeinsamen sichtbar, erlebbar und lebbar wird. So kann im Geist der Phänomenologie ein Weg zu sich selbst in der Gemeinschaft mit dem anderen, aber ebenso ein Weg zum anderen und zum gemeinsamen Schwingen in einer liebevollen Beziehung ausgebaut werden. Denn wo Begegnung stattfindet, ist die Person anwesend. Und wo die Person ist, wird es wesentlich in unserem Leben.

## Literatur

- Bauer J (2005) Warum ich fühle, was Du fühlst. Intuitive Kommunikation und das Geheimnis der Spiegelneurone. Hamburg: Hoffmann und Campe
- Bauer J (2000) Prinzip Menschlichkeit: Warum wir von Natur aus kooperieren. Hamburg: Hoffmann und Campe
- Buber M (1973) Das dialogische Prinzip. Heidelberg: Schneider
- Frankl V (1959) Grundriß der Existenzanalyse. In: Frankl V; v. Gebsattel, Viktor; Schultz, Johannes (Hg.) Handbuch der Neurosenlehre und Psychotherapie. München, Berlin: Urban & Schwarzenberg
- Frankl V (1975/1990) Der leidende Mensch. Anthropologische Grundlagen der Psychotherapie. Bern: Huber (München: Piper 1990 Neuausgabe)
- Kolbe C (2008) Existenzanalytische Paartherapie. In: Existenzanalyse 25, 2, 4-11
- Längle A (1998) Verständnis und Therapie der Psychodynamik in der Existenzanalyse. In: Existenzanalyse 15, 1, 16-27
- Längle A (Hrsg) (2000) Personale Existenzanalyse. Wien: WUV-Facultas
- Längle A (2008) Existenzanalyse. In: Längle Alfred, Holzhey-Kunz Alice: Existenzanalyse und Daseinsanalyse. Wien: Facultas wuv UTB, 23-180

*Anschrift des Verfassers:*  
Prof. DDr. Alfred Längle  
Ed. Sueßgasse 10  
A-1150 Wien

alfried.laengle@existenzanalyse.org