

Vom Machtkampf zur Liebe

From Power Struggle to Love

Renate Hutterer-Krisch

Themenschwerpunkt **Paarbeziehungen**

Zusammenfassung

Das Verstehen von Prozessen, die Paare durchlaufen, will gelernt sein, denn die Beweggründe, die in einer Zweierbeziehung zum Tragen kommen, sind uns zum Teil nicht bewusst. Es wird in diesem Artikel aus gestalttherapeutischer und beziehungstherapeutischer Sicht gezeigt, warum Paare in Krisen und Machtkämpfe schlittern und wie sie wieder eine befriedigende Beziehung fördern können. Methodenschwerpunkte bilden dabei die gestalttherapeutische Interventionsserie nach Anne Teachworth und die Phänomene des Selbst-Verlusts und Selbst-Verrats nach Hunter Beaumont in Auseinandersetzung mit Martin Bubers dialogischer Perspektive. Dabei wird der Bezug zu den Paar-Coaching-Übungen nach Harville Hendrix hergestellt und Charakteristika gelungener Langzeitbeziehungen genannt, wie sie u.a. von Joseph Zinker zusammengestellt wurden.

Abstract

The understanding of processes that couples go through is something that needs to be learned because the motives in effects within a partnership are partly not conscious. This article shows from a Gestalt-therapeutic and relationship-therapeutic view why couples are going into crisis, power struggles and how they can foster a satisfactory relationship. Methodical points are the Gestalt-therapeutic interventions from Anne Teachworth and the phenomenons of self-loss and self-treason of Hunter Beaumont in discussion with the dialogical perspective of Martin Buber. The relation to the couples coaching exercises of Harville Hendrix is helpful and the characteristics of good longterm relationships reported by Joseph Zinker are presented.

1. Einleitung

Unsere Art zu lieben ist in ein gesellschaftliches Umfeld eingebunden, das den Hintergrund für unsere Paarprobleme bildet. „Paare entfalten sich nicht in einem Vakuum“, so Miller (1995, S. 17). Gesellschaftliche Werte und Mythen, Überzeugungen und Erwartungen beeinflussen aus dem Hintergrund den Vordergrund der individuellen Paarproblematik. Traditionen haben sich verändert, Normen und Werte sind heute frei bestimmbar, ohne gesellschaftlich geächtet zu werden. Sehr viel ist sozusagen „erlaubt“, so dass die Partner ihre Werte und gelebten Normen gemeinsam finden müssen, wollen sie nicht in Orientierungslosigkeit untergehen. Daraus folgt, dass der einzelne Zeit zum Nachdenken und das Paar eine gemeinsame Zeit für Gespräche haben muss. Dies ist jedoch in der Regel nicht der Fall. In diesem Sinne spricht Moeller zu Recht von einer Kommunikationskluft („communication gap“) als transkulturelle Hauptdiagnose.

Faktoren, die heutige Paare belasten und mit zum Scheitern beitragen, sind das weitverbreitete Leistungsprinzip, der Mangel an guten Vorbildern für geglücktes Paarleben, die Überlastung von Paaren durch allzu hohe Ansprüche an die Liebe (Liebesheirat statt Vernunftsheirat), Verletzungen in der Kindheit, die als offene Gestalten in das Hier und Jetzt hinein regieren, Zeit- und Kommunikationsmängel, die sich nicht zuletzt auch aus dem Funktionieren-Müssen ergeben, der Hektik und dem Stress, der psychosozialen Beschleunigung, dem raschen Rollenwandel der Geschlechter, der zu intensiver Aufarbeitung Anlass gibt, wollen beide Partner die Beziehung retten.

„Bewusstlos wie die Kinder leben wir in Beziehungen, aber die Beziehung leben wir nicht“ stellt Moeller (2002, S. 274) prägnant fest. Man muss sich seinem Partner und sich selbst, insbesondere seinen Kommunikationsmustern, zuwenden, um seine Beziehung lebendig und