

## Paarsynthese

# Presse / Interviews

Aus dem saarländischen Rundfunk: Sendung Kultur: Fragen an die Autorin/ den Autor zum Buch von Michael Cölln: "Lieben, Streiten und Versöhnen", erschienen im Kreuzverlag 2003

Saarbrücken, Sonntag 30.11.2003 von 11 00 - 12 00

Am Mikrofon:

Dr. Jürgen Albers mit Autor Michael Cölln

Moderator:

Sie sind Psychotherapeut, Sie arbeiten oft mit Paaren, und Sie haben ein ganz praktisches Ratgeber-Buch geschrieben, das Tipps und Übungen für Paare enthält, aber Sie sehen das Problem doch vor einem allgemeineren Hintergrund?

Autor:

Ja, einerseits stellt das Buch: "Lieben, Streiten und Versöhnen" komprimierte Praxis dar: In 30 Jahren effektiv erprobte Übungen in Paarseminaren, in Gruppentherapie, in Paartherapie. Der Neu-Ansatz darin: Wissen über die Liebe wird in die Tat umgesetzt, dass allein zählt: Entwicklungshelfer füreinander, gemeinsame Veränderung.

Aber die Praxis der Paartherapie zeigt noch mehr: Ob Streitkultur, Konfliktkultur oder Liebe generell: Liebe ist mehr als nur Privatsache: Sie dient der Entwicklung statt der Zerstörung: Dialog statt Krieg - bei den Großen wie bei den Kleinen, beim Paar wie in der Politik. Mit anderen Worten: Ich stelle die These auf, dass Politik und Liebe zusammengehören, dass beide einander brauchen. Undenkbar, dass Politik wirklich lieblos sein soll. Ich berufe mich dabei auf die alte Weisheit des pars pro toto, dass Teil steht für das Ganze. Der Philosoph Gadamer formuliert es so: Alle Teile sind im Ganzen und das Ganze ist in jedem Teil zu finden. Die Konsequenz: Das kleinste Beziehungsgefüge der Welt, nämlich das Paar, liefert uns wichtige Erkenntnisse für die Beziehungsgestaltung im öffentlichen Leben und in der Politik. Die Einübung in die Liebe, wie sie im Buch vorgestellt wird, fördert also nicht nur Paare, sondern auch Familien, Gruppen und Gemeinschaften.

Dabei geht es um vier Stufen von Beziehungsintelligenz

- Ich (Egozentrik)
- Ich oder Du (Sieger und Verlierer)
- Ich und Du (Ko ? Existenz)
- Wir (Synthese und Gemeinschaft)

Beziehungsgestaltung führt also zur Gemeinschaftsbildung, sofern wir Beziehungsdenken lernen. In jedem Fall geht es um Beziehung und Gemeinschaft: Gemeinschaft der Völker, dass Gemeinwohl und das Partnerwohl.

Moderator:

Petra Kelly war die einzige Politikerin, von der ich ein Buch gelesen habe, in dem es auch

ganz ausdrücklich um Liebe und Sexualität ging. In APO-Zeiten hieß es "Das Private ist politisch", heute wird das streng getrennt gesehen...

Autor:

Tatsächlich löst diese Vorstellung, Politik und Liebe zusammenzufügen, bei vielen heute eher ungläubiges Staunen und Kopfschütteln aus. Das ist aber paradox: Vielmehr müssen wir uns alle fragen, warum wir solch eine Trennung mitmachen, uns gefallen lassen und uns nicht dagegen wehren. Wer kam überhaupt auf die Idee, diese Bereiche zu trennen? Denn, so ist zu konstatieren, die Parallelen und Gemeinsamkeiten von Liebe und Politik sind grundlegend und vielfältig. Auch gibt es eine Reihe von Autoren, die das vertreten wie z.B. die Autorin der demokratischen Frauenbewegung Lottemie Doormann, die Soziologin Karin Bertly aus Saarbrücken, der Philosoph Mathias Jung und vor allem der herausragende französische Soziologe und Zeitanalytiker Michel Maffesoli. Er führt Sexualität, Erotik und Liebe als Bindekräfte der Gesellschaft ein, führt die soziale Erotik ins Feld in Form von Love Parade, Open Air Konzerten, Fußballorgien, Big Brother alles Kräfte, die auf dynamische Weise Gemeinschaft bilden. Es entstand im Altertum und heute wieder eine soziale Bindekraft nicht mehr auf der Basis der Vernunft, sondern auf der Basis der Affekte, der gemeinsam durchlebten Empfindungen, im gemeinschaftlichen Gefühlserlebnis. Ethos ist, was verbindet, ursprünglich von ästhetik, eben dies gemeinschaftliche Gefühlserlebnis.

Das Zusammenfinden von Politik und Liebe ist denkbar aufgrund der vorhin erwähnten Gemeinsamkeiten, die ich hier benennen will: In beiden Bereichen geht es grundsätzlich um Beziehung: Beziehung der Völker, der Menschen, der Frauen und Männer untereinander. Ziel ist das überlebenkönnen, das Wohl aller. Dazu gehört Wachstum nicht durch Gewalt des einen über den anderen, nicht im "Entweder Du oder Ich", sondern im "Sowohl Du als auch Ich". Nicht Sieg und Niederlage, sondern Ko, Existenz und letztendlich Synthese sind das Ziel, denn wir Menschen sind Beziehungswesen und brauchen einander. Gewaltausübung und Ausbeutung, sowohl im Bereich des Geldes als auch im Bereich der Gefühle - in menschlichen Beziehungen, im Kleinen wie im Großen, wird nur von Dummen betrieben, weil sie langfristig auch den Sieger zum Verlierer machen (siehe Vietnam, Afghanistan, Irak). Leider sind die Mächtigen dieser Welt überwiegend dumm, denn sie haben sich durchgeboxt nach oben. Und so regieren sie die Welt. Bush hat einen IQ von 91.

Wir Menschen an der Basis müssen diese Zerstörer stoppen. Wie das gehen kann, zeigt die Dynamik der Liebenden und Streitenden.

Moderator:

Negative Auswirkung der Aufklärung?

Autor:

Abkehr von der Metaphysik, Primat der Vernunft, "cogito,ergo sum" von Descartes, Befreiung von der kirchlichen und fürstlichen Herrschaft, die Menschen insgesamt zum Handels - Eigentum machten, Gesellschaftsvertrag nach dem Muster von Rousseau und die Philosophie der Aufklärung: Die Selbstbestimmtheit des Menschen wurde nur auf Kognition aufgebaut, nur das Greifbare noch anerkannt. Der Gewinn an subjektiver Freiheit wandelt sich in der Folge in Verlust an Sinnlichkeit und Sinn.

Ich will kurz die Folgen dieser Trennung von Liebe und Politik aufzählen: Die strikte Trennung dieser beiden so wichtigen Lebensbereiche der Menschen, nämlich Politik ohne Liebe führt direkt zu einer lieblosen Politik und damit, wie wir es heute in extremer Form selbst erleben, zu einer lieblosen Gesellschaft. Der überlebenskampf steht für viele im

Vordergrund. "Ich AG`s" sind zum Inbegriff der entseelten Gesellschaft geworden. Deutschland wird inzwischen als das härteste Ellenbogenland bezeichnet. Die Mächtigen beuten die Schwächeren erbarmungslos aus. Die Ausübung von Macht, ohne den beziehungssuchenden Gegenpol der Liebe, führt direkt zum Verlust von Menschlichkeit. Umweltzerstörung greift um sich, der Mensch zerstört seine Welt. Diese "seelenlose Gesellschaft" führt zu einer unsinnlichen Kultur: im wahrsten Sinn des Wortes - hohl, ohne Sinn und Verstand:

Die Logik des Menschseins verlangt  
Eine Strategie des Herzens.  
Anstatt Kriegs- und Marktstrategien,  
Statt Herrschaft des Kapitals  
Die Wirklichkeit der Gefühle.

Deshalb mein Ansinnen auch mit diesem durchaus praktischen Buch: Lieben, Streiten und Versöhnen, mehr als nur ein Ratgeberbuch zu sein, sondern einen Weg aufzuzeigen, die Liebe zu den Paaren, in die Gesellschaft, in die Öffentlichkeit und damit in die Politik zurückzubringen.

Die Folgen der Trennung sind z.B. eine Umweltzerstörung, die auf künftige Generationen kaum Rücksicht nimmt, Kriege, die ganze Landstriche auf Dauer verwüsten...  
(Hans Jonas)

Moderator:

Woher kommt das? Spätfolgen des Weltkriegs? Die bösen 68er?

Autor:

Wer hat die Lebensbereiche getrennt? Personen oder das Primat der Wirtschaft, die auf kühles Rechnen und Berechnen zählt und zählen muss.... Merkantilismus

Zwei Gründe mag es für diese Entwicklung geben:

1. Immer noch die Folgen des 2.WK und ein überdimensionales Sicherheitsstreben sowie die Sucht, die erlittenen Entbehrungen auszugleichen. Diese Traumatisierung wirkt auch noch in die Enkelgeneration hinein und sucht dort ihre Ersatzbefriedigungen.
2. Die 68er brachten in der Folge Verwöhnung für die Kinder und ein übermaß an Zuwendung - als Gegenpendel zur eigenen Entbehrung an Liebe, Seelentiefe und Sicherheit:  
In der Folge daraus treten verstärkt Suchtverhalten und narzisstische Störungen auf:  
Sucht nach Kapital und Geld, nach Events, nach Technik. Die Medien und ihre Moderatoren wirken daran extrem mit (Bohlen, Nina Ruge, nur noch fun ohne Tiefe)

Ergebnis der Entseelung:

Der Mensch will die Natur besiegen, welche Perversion.  
Der Mensch erfindet/ klont noch mal sich selbst, welch Paradoxon.

Moderator:

Sie betonen die Bedeutung der Seele. Dabei ist gar nicht so klar zu definieren, was "Seele" sein kann. Messbar, sichtbar und be-greifbar ist "Seele" nicht, wie kommen Sie zu der Vermutung, dass es sie gibt?

Autor:

Die Praxis der Paartherapie nach unserem sogenannten Verfahren PAARSYNTHESE zeigt seit über 30 Jahren, dass sich in der Beziehung und Vereinigung von Frau und Mann nicht nur zwei Körper und auch zwei Köpfe, sondern sehr wohl auch zwei Seelen treffen. Wenn sie miteinander schlafen, berühren die Partner nicht nur nacktes Fleisch, sondern beseelte Wesensart. Heute ist Paartherapie, relativ unbemerkt von der Öffentlichkeit, der Politik und der Wissenschaft - deshalb zum größten Fachbereich der Psychotherapie geworden, weil die Partner in dieser entseelten Kultur ohne Vorbild sind für ihre seelische Vereinigung. Es fehlt der seelische Orgasmus, nicht der körperliche, den beherrschen inzwischen fast alle.

Aber mehr noch: Aus dieser Arbeit mit Paaren in der PAARSYNTHESE ist eine sehr effektive Übung entstanden, die wir Seelendialog nennen. Da soll jeder der Partner erst einen Brief an die eigene Seele schreiben und aufzeigen, wie er sie in den letzten Monaten und Jahren behandelt hat. Verblüffendes zeigt sich gleich doppelt:

Die meisten achten gar nicht bewusst auf ihre Seele. Wir betreiben zwar Körpertraining und Körperhygiene ebenso wie geistige Fortbildung, aber kein Seelentraining. Die zweite, noch wichtigere Überraschung bei dieser Übung: So schlecht, wie die meisten mit ihrer Seele umgehen, so schlecht und unbeholfen und unbewusst gehen sie mit dem Partner um. Wir können gar nicht anders: Die eigene defizitäre Seelenberührung wirkt sich in der Beziehung als defizitäre Partnerberührung aus. Die Bindung verkommt langsam, weil keine seelische Tiefe zwischen den Partnern lebt.

Körper, Geist und Seele: Sie zusammen bilden die Ganzheit der Menschen. Es ist oft sehr berührend, ja feierlich, um nicht zu sagen, heilig, wenn die Partner sich auf der Suche nach dieser Ganzheit gegenseitig zum Entwicklungshelfer werden und so miteinander wachsen und reifen können. Dann wird körperliche Lust der Weg zur seelischen Heimat.

Die Seele spricht dann aus den Händen, aus den Augen, aus der die das Paar umgebende Ausstrahlung. Seele meint hier nicht die religiöse Bedeutung, sondern die die Menschen verbindende Kraft.

Moderator:

In der Politik ist das Vertrauen auf Liebe und Verständigung vielleicht naiv, weil es da auch um viel Macht und Geld geht, und weil starke Staaten von höchst ungerechten Zuständen profitieren können. Kann man das wirklich mit der Situation von Paaren vergleichen?

Autor:

Richtig: Aber im Sinne der Paarsynthese sprechen wir auch nicht von einer naiven Form der Liebe, worunter nur heile Welt, Romantik und ständige Harmonie zu verstehen wäre. Aber Ungerechtigkeit zahlt sich auf Dauer nicht aus. Im Gegenteil und das gilt auch für Politik und Wirtschaft: Erst im Zusammenspiel aller Kräfte statt in der gegenseitigen Unterdrückung und Ausbeutung liegt die Chance zu langfristigem Gewinn von Seelentiefe und Kapitalsteigerung. In dieser Kräftedynamik vieler unterschiedlicher Bedürfnisse und Begehrlichkeiten gibt es natürlich viel Konflikt- und Krisenpotential. Deshalb gehören streitbare Auseinandersetzung und Konfrontation sehr wohl zum Instrumentarium sowohl der Liebenden als auch der Politiker. Streit muß sein. Deshalb haben wir in der Paarsynthese eine eigene Streit- und Konfliktkultur entwickelt. So meint der Titel meines Buches: "Lieben, Streiten und Versöhnen" die drei Prozesse darin, nämlich Vorbeugung in noch liebevollen Zeiten, Konfliktmanagement in der eskalierenden Paarkrise und Aussöhnung nach dem Gewitter gegenseitiger Verletzungen. Übungen dafür stellen wir bereit in Form vertiefter Dialoge. Dialog überhaupt ist der Weg zur Würde der Menschen und nicht Bomben, Zerstörung und

Unterdrückung: Zur Streitvorbeugung dienen Übungen wie: "Müllabfuhr", "Strategie des Herzens", "Nebelscheinwerfer", "Altlast", "5xLob 1xKritik". Konfliktmanagement geschieht durch: "Streitziel nennen", "Augen- und Hautkontakt" "Zeitlupenstreit", "Enttäuschung", "Kriegsrat". Versöhnung folgt durch: "Abbitte", "Friedensgeschenk", "Museum schließen", "Feind Gutes wünschen", "Verzeihung erbitten" usw (siehe Buch: "Lieben, Streiten und Versöhnen". Kreuzverlag 2003)

Moderator:

Wir leben nicht im luftleeren Raum, sondern in einer Fun = Spass - Gesellschaft, Wir leben in Globalisierung mit steigendem Konkurrenzdruck. Haben da Ihre Ideen eine Chance?

Autor:

Darauf gibt es drei Antworten, auch wenn sie nicht leicht fallen, weil die Zeichen der Zeit tatsächlich ungünstig und diesem "Weg der Liebe" zu widersprechen scheinen. Trotzdem: Der schlimmste Zerstörer von Liebe ist die Resignation. Also niemals aufgeben in seinen Bemühungen um eine Beziehung.

Auf Ihre Frage hin heißt das: Ja, es gibt eine Chance gegen Merkantilismus, Hohlheit und Gewalt, denn:

Nach buddhistischer Auffassung verändere ich die Welt, indem ich mich verändere. Die alten Römer bezeichnete das lakonisch: "semper incipe" Fange immer bei Dir selbst an! Also: Wenn ich in der Auseinandersetzung lerne, Dich zu würdigen statt zu demütigen, - Dich zu akzeptieren, auch wenn ich Deine Fehler sehe und benenne, - Dich zu lieben, auch wenn Du anderst bist als ich es will (oder gerade deswegen), verändere ich mich und dadurch letztendes auch Dich in deinem Umgang mit mir. Liebe ist wie der Wind oder Wasser: sanft und doch mit Macht formend.

Die Chance auf Veränderung der Fun- und Giergesellschaft zeigen sich darin, dass es auch ein Pendel gibt, das bereits in die andere Richtung dreht: Immer mehr Menschen suchen in der Psychotherapie, in alternativen Projekten und Sinngemeinschaften seelische Heimat. Der Trend zeigt sich auch im Büchermarkt, leider auch im Sektenzuzug.

Das Einüben von Liebesfähigkeit als Gegenkraft zum Recht des Stärkeren: (Geißler: Die Moral der Machthaber verstößt gegen das, was Jesus predigte.) Lieben heißt: Körper, Geist und Seele austauschen, im Geben und Nehmen. Dieser Austausch bedarf aber bestimmter menschlicher Kompetenzen und Fähigkeiten, die nicht von Natur aus vorhanden sind. Zwar ist die Sehnsucht nach Liebe, Lust und Leidenschaft jedem Menschen mitgegeben, aber nicht die Kunst, mit dieser Triebkraft umzugehen. Das braucht Übung, damit aus der Natur eine Kultur der Liebe wird. Um die Früchte der Liebe wirklich ernten zu können, braucht es eben Pflege, Schweiß und (Seelen-) Arbeit.

Zur Schaffung einer Liebeskultur: In der "Deutschen Gesellschaft für Integrative Paartherapie und Paarsynthese" (GIPP e.V.) haben wir schon vor Jahren damit begonnen, Paare auf diesem Weg zu begleiten: Aus der Paartherapie heraus wurden peergroups ins Leben gerufen. Paare bilden dabei eine Art Gemeinschaft, in der sie alle Konflikte der Liebe gemeinsam bearbeiten können. Sie bleiben sich nicht allein überlassen, in der Isolation der eigenen vier Wände und im Labyrinth der Streiteskalation. Sie haben den Vorteil gegenseitiger Hilfe und Korrektur durch andere Paare, durch andere Frauen und Männer, auch und gerade z.B. in der Sexualität.

Daraus wiederum sind sogenannte "Sommercamps" entstanden oder geplant (Falster / Schweiz), zu denen betroffene Paare auch ihre Kinder mitbringen. Sie geben dort weiter, was

sie für sich in der Therapie gelernt haben: Lieben und Leben in Gemeinschaft.

Die GIPP e.V. selbst arbeitet inzwischen in der Schweiz, als VIPP auch in Österreich und über ganz Deutschland verbreitet. Sie strebt danach, mit ähnlichen Gruppierungen ein "Netzwerk der Liebe" zu bilden. Eine stille Revolution.

Moderator:

Sie behaupten, dass wir in einer unsinnlichen, sinnenfeindlichen Umwelt leben. Man könnte das Gegenteil sein: alle Massenmedien sind bis zum Erbrechen sexualisiert, die Werbung feiert den Genuss, Musik rieselt überall aus den Lautsprechern...

Autor:

Konsumterror und Reizüberflutung sind nicht als Zeichen von gelungener Sinnlichkeit zu verstehen. Weihnachtsmusik und Lichterketten schon um die Herbstmitte an den Supermärkten führen immer mehr zur aversiven Reizkonditionierung sprich zu lustlosem Unbehagen.

Stattdessen begegnen wir überall den Phänomenen der Unsinnlichkeit: Heute leben wir mehr und mehr in einer sinnenfeindlichen Umwelt. Natürlich: Es sind längst nicht mehr Kirche und Staat, die uns durch erzwungene Moral die Sinnenfreuden verbieten, sondern die Kapitalanleger. Im Zeitalter der ausufernden Architektur von Glas, Beton und Stahl entstehen eisige Windschleusen für unsere Seelen in den menschenfeindlichen Labyrinthen unserer Großstädte. Klimaanlage ersetzen Frischluft. Plätze mit Bänken, Bäumen und Brunnen zum vertraulichen Treff verschwinden im Autoverkehr. Die elektronische Kommunikation verkürzt den Liebesbrief der früheren Zeit auf knappe SMS, Mütter reden nicht mehr mit ihren Babys beim Kinderwagen - Schieben, sondern per Handy mit der Freundin. Landschaften werden für Verkehr und Wohnungsbau zubetoniert. Selbst die Werbung führt nicht mehr Menschen als Objekt der Begierde ein, sondern zunehmend Zombies und Karstadt Werbung im August 2003 an allen Litfaßsäulen: Mütter, Verliebte, Väter sie alle werden mit der Sprechblase versehen: "Wie gut, daß es um meine Wünsche geht". Die Ich-AG wird zum (Un-) Wort des Jahres 2002, der Börsenbericht ersetzt im Rundfunk immer mehr die Morgenandacht. Statt Spiele und Gespräche in der Familie werden Spiele im TV und Talkshows konsumiert: Talkshow ohne Ende aber passiv. Das ist wie Nestle Milch fürs Baby statt Stillen. Erotische Filme mit Schamhaargrenze werden weit nach Mitternacht verbannt und neuerdings wieder als jugendschädigend angekündigt, nicht aber so die traumatisierenden Mord- und Greuerschrecknisse der Horrorfilme, die schon vormittags und allen Kindern zugänglich gezeigt werden. Auf derselben Linie: Menschen werden nicht mehr gezeugt, sondern geklont. Die Entwicklungsländer sind ärmer als jemals in der Geschichte der Menschheit. Die Mächtigen führen Kriege statt Dialoge.

Moderator:

Sie empfehlen handgeschriebene Liebesbriefe. Ist das nicht 19. Jahrhundert? Auch ich schreibe meistens am Computer, die Jungen schreiben SMS bezeichnenderweise Kurz-Mitteilungen.

Autor:

Ein schwieriger Einwurf, denn sich gegen den Strom der modernen Medienelektronik zu stemmen, ist nicht möglich. Und tatsächlich: Es gibt viele Paare, die nicht mehr reden, nicht mehr schreiben sie haben die wirkliche Kommunikation nicht mehr gelernt. Wir setzen dagegen, dass Romantik nicht verloren gehen darf. Gefühlstiefe muß eben, da sie in der Schule

nicht vermittelt wird, in einer Art von Liebesschulen usw. nachgeholt werden. Wir bieten dazu Seminare für Paare an, denn in Gruppen können Männer und Frauen viel und besser voneinander lernen als zu Hause in den eigenen vier Wänden und nur auf sich als Paar angewiesen. Besonders hier ist das Buch geeignet, den Paaren einen roten Faden an die Hand zu geben und eine Art Führerschein für die Liebe nachzumachen.

Moderator:

Die Flut von Talkshows könnte bedeuten: Nie wurde so viel geredet wie heute. Im Fernsehen wird über intimste Dinge gesprochen. Was vermissen Sie da in Puncto Kommunikation?

Autor:

Die Verarmung der Paare in puncto Kommunikation ist enorm Dank der Ersatzdrogen Fernsehen, Internet, SMS, superlaute Disco`s. Und ich habe den Eindruck, dass die Unterschiede zwischen Frauen und Männern hier besonders gravierend sind und es immer mehr werden. Viele der von Computern umgebenen Männern gehen dazu über, - wer könnte es nicht einsehen auch ihre ganzen Gefühle in der Beziehung nur noch in Computersprache an die Frau zu bringen. Das lautet dann in etwa so: "Bei Dir müsste ich immer erst meine Festplatte neu formatieren unsere Programme sind einfach nicht kompatibel. Fast alle meine Optionen gehen an Dir vorbei. Bei Dir im Speicher ist sowieso kein Platz für mich."

Fakt ist allerdings, dass sich heute im Vergleich zu vor 25 Jahren fast genauso viel Männer zur Eheberatung und Paartherapie anmelden wie Frauen. Ein Unterschied bleibt dabei: Die Männer rufen erst an, wenn es meist zu spät ist, die Frauen melden sich eher vorbeugend an.

Im Buch wird aufgezeigt, dass wir nach dem Verfahren der Paarsynthese Kommunikation zwischen den Partnern auf den sogenannten fünf Dialogsäulen angesiedelt sehen. Danach findet Kommunikation statt im Körperdialog, im Gefühlsdialog, im Sprachdialog, im Sinndialog und schließlich im Zeitdialog. Diese Dialogsäulen machen, wenn alles gut geht, die ganze Glückseligkeit des Paares, aber auch die Hölle bei Zerrüttung und Streiteskalation aus. Die fünf Säulen machen aber deutlich, dass Kommunikation unendlich vielfältig ist ? und daher auch sehr störanfällig. Kommunikation fällt nicht vom Himmel. Wir Menschen müssen fast alles lernen, auch die Sprache, die Gestik und die vielbeschworene Kommunikation. Selbst die Liebe müssen wir lernen, allerdings nicht die Sehnsucht danach.

Moderator:

Die Verhaltensbiologie lehrt, dass ?Bindung? zu den wichtigsten Trieben gehört. Wie kann Ihre Betonung der Liebe daran anknüpfen?

Autor:

Der wichtigste Forscher in diesem Bereich war der englische Analytiker John Bowlby, der im Auftrag der Weltgesundheitsorganisation von 1953 bis in die späten 80er das Beziehungsverhalten vom Müttern und ihren Kindern untersuchte. Daraus konnte er einerseits Freud`s Thesen zur Tiefenpsychologie stützen, andererseits weit über dessen Erkenntnisse hinaus die Zusammenhänge der Mutter ? Bindung und der Partner ? Beziehung aufzeigen. Wer z.B. als Kind eine unsichere und ängstliche Bindung an die Mutter mitbekommt, wird diese auch auf den Partner übertragen und daran leiden. Wir leiten in der Paarsynthese daher aus diesen Bindungsstilen, die wir in der Kindheit mitbekommen, die späteren fünf Partnerstile ab. Sie sind die Visitenkarte des persönlichen Charakters. Entsprechend wählen wir unseren künftigen Partner aus, entsprechend lieben wir und streiten wir: ängstlich anpassend, durchsetzend erobernd, kontrolliert planend, ambivalent intuitiv und schließlich integrierend

dominant.. ähnlich wie die Kommunikation sprich die fünf Dialogsäulen üben wir mit den ratsuchenden Paaren nun auch diese fünf Partnerstile ein, denn wir brauchen sie je nach der momentanen Erfordernis der augenblicklichen Paardynamik jeweils unterschiedlich. Sie dann adäquat einsetzen zu können, bedeutet eine gesunde Aussteuerung der vielen, oft widersprüchlichen Paarbedürfnisse.

Moderator:

Was tun Sie konkret in der Paartherapie?

Autor:

Fast, aber nur fast könnte die Frage schon beantwortet sein mit der zitierten Einübung der fünf Dialogsäulen und der fünf Partnerstile. In Wirklichkeit steht da noch eine Menge mehr Arbeit ins Haus. Um die gesamte Partnerpersönlichkeit und die vielfältigen Lebensbereiche der Liebe zu erfassen, arbeiten wir mit drei Dimensionen, die zusammen menschliches Leben ausmachen. Die sind: Herkunft und Geschichte als tiefenpsychologische Bestimmung des Menschen, dann Vernetzung und Verbindung mit Umwelt, Beruf und äußeren Einflüssen als die dialogische Verbundenheit des Menschen und schließlich drittens die seelische und geistige Einbindung als die spirituelle Sinnggebung der Menschen.

Einfacher ausgedrückt: Wir versuchen daran zu arbeiten, was die Partner an Altlasten und Ahnenbotschaften aus ihr Kindheit dem Partner aufbürden, wie sie ihre Dialogkompetenz in Gefühlen, Sprache, Körper und Seele erhöhen können und wie sie in der Tiefe ihrer Seelen zur gemeinsamen Sinnerfüllung finden. Da werden alle relevanten Themen durchforstet: natürlich Sexualität, Erotik und Sinnlichkeit, ebenso aber Geld, Kinder, Schwiegermutter, Karriere und Beruf, Hobbies, Macht und Grausamkeit, Alkohol und Gewalt in der Beziehung. Es kommt alles vor, was einen guten Krimi oder eine ergreifende Oper ausmacht. Das geht über Gespräch, Szenen- und Körperarbeit, Hausaufgaben und Übungen, z.B. Anfertigen einer Collage zur Beziehung, therapeutisches Durcharbeiten in Paar- und Gruppenarbeit, in Seminaren und Einzelsitzungen, in Briefen und Treffen mit den Eltern und anderen Bezugspersonen. Wenn nötig, holen wir auch die Geliebte bzw. die Seitenbeziehung mit dazu.

Paartherapie umspannt den ganzen Lebensbogen.

Copyright © 2005, GIPP e.V., alle Rechte vorbehalten