

Modul VI vom 25.2.2012 bis 1.3.2012

Psychoenergetische Gesprächsführung in Einzeltherapie, Gruppentherapie und generell in der Arbeit mit Menschen. Grundlagen der Kommunikation aus psychoenergetischer Sicht

Ulrike Baldauf

Die Paarberatung- und Therapie in der Psychoenergetik nach Schellenbaum

I. Einleitung:

Während ich Euch ein paar schöne Worte von Khalil Gibran vorlese, bitte ich Euch das Gummibändchen um Euren linken und rechten Zeigefinger zu legen und ein bisschen damit zu spielen. Spannt an, lasst locker, und beobachtet das Gummibändchen, was es so macht, ob es gar nach oben rutscht und vielleicht sogar wegspickt.

Von der Ehe

von Khalil Gibran

Ja, ihr werdet selbst im stummen Gedenken Gottes zusammen sein.

Aber lasst Raum zwischen euch.

Und lasst die Winde des Himmels zwischen euch tanzen.

Liebt einander, aber macht die Liebe nicht zur Fessel:

Lasst sie eher ein wogendes Meer zwischen den Ufern eurer Seelen sein.

Füllt einander den Becher, aber trinkt nicht aus einem Becher.

Gebt einander von eurem Brot, aber esst nicht vom selben Laib.

Singt und tanzt zusammen und seid fröhlich, aber lasst jeden von euch auch allein sein,

so wie Saiten einer Laute allein sind und doch von derselben Musik erzittern.

Gebt eure Herzen, aber nicht in des anderen Obhut.

Denn nur die Hand des Lebens kann eure Herzen umfassen.

Und steht zusammen, doch nicht zu nah:

Denn die Säulen des Tempels stehen für sich.

Und die Eiche und die Zypresse wachsen nicht im Schatten des anderen.

Soweit Khalil Gibran.

II. Unterschied zwischen Dritter Leib und Beziehung

Lasst die Winde zwischen Euch tanzen, oder wie in „Nimm Deine Couch und geh“ aus einem Text der sogenannten Simonianischen Gnosis zitiert wird und ich gebe es nur kurz weiter, ...lassen mitten im Zwischenraum eine unbegreifliche Luft erscheinen, die weder Anfang noch Ende hat. In dieser aber ist einer, der alles trägt und das ernährt, das Anfang und Ende hat usw. Peter Schellenbaum meint damit den Dritten Leibe, „der“, so schreibt er, „tatsächlich eine Verdichtung der Energie durch Bezogenheit wird“. So wie ihr den Zwischenraum Eurer beiden Zeigefinger nun gut beobachtet habt. Im Zwischen gibt es also Luft zum Atmen. Aber es ist notwendig, dieses Zwischen spürbewußt wahrzunehmen. Denn Spürbewußtsein bewirkt Schöpfung, Kreativität des Dritten Leibes, welcher ein Resonanzkörper ist und in ihm schwingen beide Geschlechtspole zusammen, nämlich das weibliche und das männliche. Das Glück der Paare beruht auf dem geteilten Spürbewußtsein der beiden, besonders gut zusammenzupassen, welches sich in gegenseitiger Wertschätzung äußert, im Fluss der Interaktionen, im Körperkontakt und emotionaler Nähe, welches das Bindungshormon Oxytocin ausschüttet. Sie sind achtsam zueinander und auch für sich selbst. Was ist aber nun, wenn der Dritte

Leib malträtiert wird, verletzt, wenn diese eine Gestalt gar zerstört wird durch Aggression, Wut, Verzweiflung der Partner? Wenn, um im Bild des Gummibändchens zu bleiben, die beiden Stränge rechts und links spröde, angespannt sind, so porös vielleicht, dass der eine oder andere Strang platzt und die Beziehung einen buchstäblich an den Kopf knallt?

Bei einer Paartherapie geht es also um die **Beziehung zweier Menschen**. Die Beziehung ist gleichsam der zu heilende und in dem Sinne krank, dass die Partner sich in ihr dauerhaft nicht mehr wohlfühlen und deshalb manchmal eben auch dadurch selbst körperlich und seelisch krank werden. **Ziel ist also zunächst die Heilung der Beziehung**, so dass die beiden Menschen darin wieder gut leben können, damit die Liebe wieder zu fließen beginnt oder auch, dass die Beziehung auf friedliche und für beide auf gute Weise beendet wird und *die Fesseln* abgestreift werden können. Zu einer guten Paartherapie gehört auch, eine Trennung zu begleiten, den beiden Klarheit zu verschaffen. Unsicherheit und Verwirrung sind Beziehungsambivalente, die psychoenergetisch zu entwirren sind. Was spricht für das Bleiben in der Partnerschaft was für das Trennen? Ein bloßes Aufschreiben der Für und Wider Punkte auf dem Küchenzettel hilft da nicht großartig. Die Leib-Psychotherapie nach Schellenbaum gibt uns Instrumente in die Hand, Gefühle erst einmal zu erkennen und auch zu entmischen, (davon später), sodass ein Neuanfang eines jeden gewagt werden kann, ohne dass alte Blockierungen im Wege stehen. Wenn das Eine wie das andere erreicht wird, dann können wir von einer erfolgreichen Paartherapie sprechen.

Doch zuerst einmal

III. Wann können wir von einer Krankheit der Beziehung sprechen?

1. Die Kommunikation ist gestört, man ist nicht mehr fähig dem anderen seine Gefühle mitzuteilen, (dadurch subtil, ständiger Streit, Nörgelei, Kritik)
2. Wenn das Prinzip des Gebens und Nehmens ungleich ist und der Austausch nicht mehr funktioniert. (Schieflage)
3. Sexualität (Verweigerung oder durch Gewalt erzwungen)

4. Verletzungen, wie Fremdgehen, häusliche Gewalt, Macht/Ohnmacht
5. Unerfüllter Kinderwunsch oder Familienzuwachs, plötzlich ist da etwas Drittes in der Beziehung. (Nachtrag aus Focus 13/2012: So sagt der Psychoanalytiker Wolfgang Schmidbauer, dass „In jeder 3. Ehe sich nach der Geburt eines Kindes die erotische Bindung sich löst. Das Paar lebt ohne gemeinsamen Sex.“
6. Berufliche Veränderungen oder Belastungen
7. Beziehungen innerhalb der Familie, Tod eines nahen Angehörigen und keine Trauerbewältigung
8. Zweitehen, Patchworkfamilien
9. Plötzliche Behinderung eines Partners, Kindes , Eltern, die versorgt werden müssen
10. Sucht (stoffgebunden, wie Alkohol, Nikotin, Drogen, nicht stoffgebundene Sucht wie Esssucht, Bulimie, Anorexie, Sexsucht, Arbeitssucht, Workaholic, Internetsucht)
11. Altersprobleme (Demenz) und was mir sehr am Herzen liegt,
12. Der Übergang vom totalen Verliebtsein zur Liebe klappt nicht, man ist bereits verheiratet oder hat schon eine kleine junge Familie gegründet (siehe Punkt 5) und die neurochemische Phase der Verliebtheit ist vorüber, der Zeitpunkt ist gekommen, an dem die Partner etwas tun müssen, sonst verödet die Beziehung. (Das vierte Jahr ist, wie Untersuchungen aus 61 Kulturen bis hin zu Eskimos und Amazonas-Indios belegen, das der meisten Trennungen. Dazu sagt der australische Chemiker Peter Godfrey, dass sich die Nervenenden im Gehirn an einen erhöhten PEA-Wert (Phenylethylamin), welches das Hormon der Verliebten ist, gewöhnen und das es auch als Molekül in kleinen Mengen in Schokolade, Bittermandelöl steckt und eben bei Verliebten sich in Bauchflattern, feuchten Händen und temporärem Stottern äußert, (Quelle Welt online v. 9.2.2012, siehe dazu auch meine *Facharbeit für die Verbandsprüfung VFP zur Psychologischen Beraterin: Depression, eine Krankheit mit vielen Facetten*)

Und dann gibt es da die Ehen oder langjährigen Beziehungen, die weder unglücklich noch richtig glücklich sind. Psychologen fanden dafür wieder einmal einen neumodischen Begriff, nämlich Semi-Happiness-Ehe. Peter Schellenbaum spricht davon schon vor über 20 Jahren in „Das Nein in der Liebe“, nämlich von der Tragik des „glücklichen Paares“ und zählt dabei auf Seite 25 fast kabarettistisch einige Merkmale des „glücklichen Paares“ auf. Die Partner sind ein eingespieltes Team oder eine Gesellschaft mit beschränkter Liebe, eine GmBL, manche führen eine WG, der Alltag verläuft in eingerasteten Mustern ohne dass irgendetwas eskaliert, aber man lässt den anderen auch nicht nahe an sich heran. Völlig spürunbewußt spult man die Lebensschnur Perle für Perle ab. Und Perle ist für mich eine Metapher für herkömmliche Familienereignisse, eine gewisse Leblosigkeit, Energielosigkeit, Resignation vor was auch immer, tief in sich liegende Trennungsangst (Stichwort Tanathaphobie), welches sich in anklammernden Verhalten äußert, um einem frühen Kindheitstrauma auszuweichen und nicht damit konfrontiert zu werden . Und schon da beginnt oft das Missverständnis, man glaubt dass die Partnerin oder Partner klammert, aber bitte doch nicht selber. Irgendwann bemerkt einer oder gar beide, vielleicht durch ein life-event, dass die Beziehung gestört ist, sie sich ihrer Defizite und subtilen Verletzungen bewusst werden und sie wollen nun Hilfe von außen suchen, sprich einen Therapeuten und der Beziehung doch noch eine Chance geben und sie entschließen sich vielleicht zunächst zu einer Paarberatung. Dazu möchte ich schon erwähnen, dass besonders die katholischen, wie auch evangelischen Kirchen Eheseminare anbieten, nicht nur Brautgespräche, sondern auch Eheseminare für Paare mittleren Alters.

IV. Paartherapie allgemein

Der bekannte Paartherapeut Hans Jellouschek gibt uns Therapeuten ganz konkrete Hilfestellungen, nämlich, dass die

- Therapie/Beratung aus einer Reihe von Gesprächen oder Sitzungen zu dritt bestehen. Dies ist allerdings nur möglich, wenn beide Partner die Bereitschaft dazu zeigen. Sicherlich kann man auch mit

- Einzelgesprächen anfangen, die das Ziel haben, einen Weg zu finden, den Partner doch noch zum Einstieg zu veranlassen.

Falls es bei Einzelgesprächen allerdings bleibt, dann kann es sein, dass der Eine eine intensive Entwicklung durchmacht und dadurch den Anderen abhängt und die Kluft zwischen beiden sogar größer wird und um wieder auf das Gummibändchen zu kommen, der Abstand zwischen beiden Zeigefingern so groß wird, dass das Band reißt. Wir haben es bei Nathali und Corinna von Rogers gehört, er spricht von Aktualisierungstendenz, C.G.Jung von Individuation.

- Meistens sind es übrigens die Frauen, die die Initiative ergreifen, eine Paartherapie zu beginnen, denn, so sagt der Paartherapeut Wolfgang Schmidbauer, dass viele Männer den Vorschlag, zur Therapie zu gehen, als Kränkung empfinden, weil sie sich fürchten, entwertet oder entmachtet zu werden. Doch gerade dann können Einzelgespräche im Laufe einer Paartherapie wichtig sein. Der Einzelne kann in einem geschützten Raum mit dem Therapeuten/In alles frei von sich geben, ohne dass die Partnerin oder Partner davon „wissen sollte“. Man kommt unwillkürlich auf die Herkunftsfamilie zu sprechen, auf die Kindheit und dies hat *vordergründig* erst einmal nichts mit der Beziehung zu tun. Der Therapeut kann daraus allerdings bestimmte Schlüsse zur Problematik der derzeitigen Beziehung schließen, nämlich Projektionen der jeweiligen Seelenanteile auf den Partner durchschauen sodass bei einem nächsten Dreiergespräch
 - die Vergangenheit in der Herkunftsfamilie ein Thema sein wird und auch muss, um die Beziehungsmuster der Partner klarzulegen und auf konstruktive Weise Wege aus der Krise oder eingefahrenen Bahnen zu finden. Und in einem Einzelgespräch können
 - aktuelle Probleme des Einzelnen (Stress, Mobbing in der Arbeit oder sonstwo) zum Ausdruck kommen, die dann im Dreiergespräch noch einmal zum Tragen kommen.

Der Therapeut ist der Pontifex, der Brückenbauer zwischen den beiden und erarbeitet ein tieferes Verständnis des Zusammenhangs der

Beziehungs Krankheit, des gegenwärtigen Konfliktes. Die eigene Biografie mit versteckten Verletzungen kommt zur Sprache und deren negative Auswirkungen auf die gegenwärtige Situation. Es erfordert Mut und Ausdauer von allen Dreien die wunden Punkte anzugehen, und jedem einzelnen Partner wieder sein Selbstwertgefühl zurückzugeben, damit es in der Beziehung spannend, entspannend sein kann und das Band nicht so angespannt ist, dass es reißt. Jellouschek fragt ganz konkret:

- Wo könnte die Entwicklungschance in der jetzigen Krise liegen?
- Ist diese Trennungsunfähigkeit gar ein Zeichen, dass beide vielleicht doch zusammengehören, allerdings lernen müssen, mit den Problemen anders umzugehen.

Aber der Blick auf das Ganze (und hier sprechen wir wieder vom Dritten Leib) der Beziehung, soll nicht außer acht gelassen werden.

Gerade wenn die Kommunikation der Paare gestört ist, ist es so wichtig, dass jeder vom anderen Informationen bekommt –wenngleich auch nun mit einem Dritten im Bund-, diese Informationen haben, wie gesagt vordergründig nichts mit der Beziehung zu tun, aber sie müssen ausgetauscht werden, um eben die Kluft dazwischen nicht noch mehr zu vergrößern. In dieser Kommunikationsübungsphase sind Mittel wie

- die Zwiegespräche nach Möller (z.B. zeitliche Verabredung pro Tag oder Woche vereinbaren, um konkret miteinander 10 bis 15 Minuten unter vier Augen zusammen zu reden)
- die Gewaltfreie Kommunikation, wie es gestern Cornelia so gut dargestellt hat mit der Giraffenstimme und der Wolfsstimme, wobei auch der Wolf in der Giraffenstimme gut und subtil agieren kann,
- das Kommunikationsmodell von Friedemann Schulz von Thun mit der Kommunikationstechnik Sender mit 4 Schnäbeln und Empfänger mit 4 Ohren, dargestellt in den Farben Blau > Info
Grün > ich teile von mir was mit
Gelb > was ich von dir höre
Rot > Appell was ich erreichen möchte

Wenn die Kommunikation gestört ist, dann trifft die Info auf das gelbe Ohr z.B. und schon versteht man den/die PartnerIn nicht richtig.

Diese und noch viel mehr Techniken fallen wohl unter den Begriff Paarcoaching und sind durchaus erprobte Instrumente in einer Paarberatung.

V: Die Rolle des Therapeuten

Der dritte im Bund ist also der Therapeut, „dem sich das Paar unter seiner Anleitung und Unterstützung auf einen gemeinsamen Suchprozess einlässt, in dem das Problem erstens genauer erfasst und verstanden wird und zweitens dann angemessene Lösungsschritte erarbeitet und erprobt werden“. (so Jellouschek) Der Therapeut muss die Fähigkeit haben, den gemeinsamen Prozess, den die beiden durchmachen *affektiv rahmen* und für eine bestimmte Zeit den nötigen Schutzraum bieten, damit die Selbstregulierungskräfte des Paares sich wieder beleben und stärken, damit sie selber eine *konkrete Entscheidung* treffen können, ob die Beziehung nun beendet werden sollte oder die Liebe neu entfacht wird und zwar ohne dass der Therapeut sie mit Ratschlägen überhäuft. Dieser muss

- neutral bleiben,
- nicht werten
- und sollte sich einer eventuellen Gegenübertragung bewusst sein, sodass keine Parteilichkeit entsteht.

Die wichtigste Qualität des Leib-Psychotherapeuten ist natürlich sein Spürbewußtsein. In Aggression zwischen Liebenden schreibt Schellenbaum genau auf, wenn im Therapeuten ein unangenehmes Gefühl auftaucht, denn dann muss er sich fragen:

- Welche Gemeinsamkeit zwischen mir und dem anderen wird in diesem Moment wach?
- Welche eigene spür**un**bewußte Geschichte überträgt der andere gerade auf mich?

- Und was für eine spür**un**bewußte Geschichte meinerseits übertrage ich auf den einen oder anderen?

Wenn der Therapeut spür**un**bewußt bleibt, wird er das Opfer seiner subtilen Abwehr. Es mangelt ihm an Hingabe, die Heilung kommt ins Stocken.

Spürbewußtsein bei den Paaren und beim Therapeuten erzeugt Resonanz. Resonanz, welches nicht Mitleiden bedeutet, denn das kann den Energiefluss hemmen oder sogar zerstören. Ist der Therapeut mit dem Pärchen in guter Resonanz, „so stimuliert er die Selbstkorrektur“ (Quelle: Nimm Deine Couch und geh). Das Mitgehen des Therapeuten drückt sich in Wortwahl, Mimik, Bewegungen, Gebärden aus. Nur wer sich auch körperlich in die Lebensäußerungen des anderen hineinbegibt kann dessen Persönlichkeit, Charakterstruktur und Lebenshemmung erspüren. Dies gilt im Übrigen nicht nur für die Paartherapie.

Ein Therapeut, der ein mehr oder weniger zerstrittenes Paar vor sich hat, muss also genau auf sich selber achten. Das bedeutet höchste Aufmerksamkeit auf sein eigenes Spüren:

Folgende Anhaltspunkte habe ich mir zusammengestellt, um wach in meinem Spürbewußtsein zu bleiben:

- Wen sieht der Selbstinitiant gerade in mir, welche Projektion?
Bin ich gerade der Vater, Mutter?
- Was spüre ich in dieser Projektion? Bleibe ich neutral?
- Spüre ich eine Gegenübertragung, bekomme ich Wut, wird mir schlecht, möchte ich den Selbstinitianten umarmen? Denke ich an meine eigene Ehe, was mir da vielleicht alles mangelt und ich fange gar an Ratschläge zu geben?
- Bin ich zu sehr auf einen einzelnen der Partner fixiert? Habe gar Mitleid mit einem, anstatt Mitgefühl?

- Sehe ich das Paar als Ganzes, wie nehme ich den Dritten Leib wahr? Kommt ein laues Frühlingslüftchen auf oder ist da immer noch dicke Luft oder gar Leere, die es auszuhalten gilt auch von meiner Seite.
- Erkenne ich den Symptomträger, d.h. einer der Partner ist stellvertretend für den anderen krank.

Und zu dem allem kommen noch die

- verbalen Äußerungen, von einem der Partner oder gar gleichzeitig , Gesten mit ambivalenten Wörtern oder umgekehrt und ganz wichtig, es gilt auf
- Energiesignale zu achten. Spricht der Körper gerade dieselbe Sprache, wie die Stimme, wendet sich z.B. die Frau ab, während er unbewusst ein Stück näher rückt? Wird einer rot, bleich? Wie atmen die beiden? U.v.m.

VI. Wie kann eine Paartherapie ablaufen?

Die erste Sitzung dient dem gegenseitigen Kennenlernen (*Prozessbedingungen schaffen*, Jellouschek) Beide Partner wünschen sich Zeit & Raum, um die Beziehungssituation und die aktuellen Konflikte aus ihrer Sicht zu schildern. Das ist der Zeitpunkt, an dem Peter wie er vorgestern sagte, die beiden ausagieren lässt, besonders gegenseitige Du-Botschaften. Allerdings nicht zu lange. Man stellt den Zustand der Beziehung fest. Der Therapeut gibt am Schluss ein kurzes Feedback und macht Vorschläge für das praktische Weitergehen. Vielleicht kann man sogar zusammen bereits direkt eine Zielvorgabe formulieren (unübersichtliche Lebenssituation klären, Konflikte und Machtkämpfe klären,

gemeinsame und auch einzelne Lebensziele anstreben und ausformulieren, (*Visionen für die Zukunft*). Die erotische Spur in diesem ersten Gespräch verbal visionisieren, um dann später in der psychoenergetischen Sitzung spürbewußt von der traumatischen Spur eben auf die bereits visionisierte erotische Spur zu kommen. Das Paar benötigt für die Entscheidung, um es nun paartherapeutisch weitermacht, ebenso eine gewisse Zeit. Falls das Paar sich entscheidet, eine Paartherapie zu beginnen, werden wie geschildert auch vereinzelt Einzelgespräche vereinbart. Nun kann der Therapeut in intensiver Arbeit und guter Resonanz mit dem Paar nach einer bestimmten Anzahl von Sitzungen eventuell eine längere Pause vorschlagen, damit das Paar vielleicht nach einem halben Jahr noch einmal die Gelegenheit hat, Revue passieren zu lassen und darüber in einer weiteren Sitzung zusammen mit dem Therapeut zu reflektieren, ob es eine Besserung der Beziehung gegeben hat oder ob nun der Entschluss zur Trennung vorliegt. In den gemeinsamen Gesprächen gilt es

1. Schief lagen in der Beziehung festzustellen (plastisch gesehen, der linke Teil des Gummiband es ist oben an der Fingerkuppe, das andere rechte Ende unterhalb des Fingerknochens), dies sind nach Jellouschek Polaritäten von

- Autonomie und Bindung,
- Durchsetzung und Anpassung,
- Geben und Nehmen

2. Eine gemeinsame Problemdefinition zu finden, die mit

- Unerledigtem aus den Herkunftsfamilien, aus der Vergangenheit zusammenhängen, (hier darum die Einzelgespräche, aber wie bereits erwähnt, sehr wichtig immer den Partner daran teilhaben lassen, damit er mitgehen kann im Entwicklungsprozess seines Partners,
- Unerledigtes aus der Paargeschichte,
- Gegenwärtige Lebenssituation, *Lebensthemen bearbeiten*
- Dysfunktionale Interaktionen (d.h. Teufelskreis in dem sich die beiden befinden, sich in gegenseitigen Vorwürfen verstricken)

3. Eingeschlafene Rituale wieder aufleben zu lassen, denn Rituale ermöglichen es, bestimmte Gefühlszustände immer wieder in Kontexte einzubetten und zu regulieren, uns zu binden.

Und damit komme ich zu einem ganz wichtigen Punkt in der psychoenergetischen Paartherapie, nämlich zur

VII. Leitbildspiegelung

Ich zitiere da wörtlich aus „Das Nein in der Liebe“: Im Gegensatz zur Projektion will in der Leitbildspiegelung keiner den anderen verändern, keiner knüpft seine Liebe an Bedingungen, sondern jeder will sich selber in der Auseinandersetzung mit dem Du ändern. Ich übe keinen Zwang auf das Du aus, wie es meiner Ansicht nach sein sollte, sondern setze mich dem Bilde aus, das es mir zeigt. Leitbildspiegelung ist ein Gefühl der Freiheit.

„Du bist ein Bild meines heimlichen Lebens“ wie es in der Überschrift dieses Kapitels im Nein in der Liebe heißt. In einem Begegnungsspiel haben wir einmal folgende Übung gemacht:

- Das Paar sitzt sich gegenüber und schaut sich tief in die Augen, bis jeder sich im anderen in der Pupille sieht.
- Hausaufgabe für das Paar, dies auch zu Hause zu tun, vielleicht sogar nackt sich gegenüber sitzen
- Sich gegenseitig in die Arme des anderen fallen lassen. Habe ich bei einem Pärchen bereits ausprobiert. Die kleine zierliche Frau hat sich nicht in die starken Arme des Ehemannes fallen lassen, er der große Kerl

hatte dagegen keine Probleme sich fallenzulassen und ich musste der Frau zu Hilfe kommen, sonst wäre er auf den Boden geplumpst.

Es gibt sicherlich noch viele andere Möglichkeiten und in unseren Begegnungsspielen bekomme ich immer eine gute Anregung dies auch bei meinen Klienten auszuprobieren. Für jede weiteren Vorschläge, die ich in der ausgewählten Literatur nun nicht mehr auf Anhieb gefunden habe, bin ich dankbar.

VIII: Schluss

Die Menschen werden immer älter und dadurch freilich die Ehen auch. Bis dass der Tod Euch scheidet kann verdammt lang dauern und das Leben der unglücklich Verbundenen führt nicht zur Erfüllung. Wie wichtig eine Beratung oder Therapie in der Beziehung ist, sehe ich an vielen alten Ehepaaren, die in meinem Bekanntenkreis sind oder langjährige Gäste von mir. Eine lebendige Verbundenheit, eine bewahrte Intimität bewährt sich besonders wenn schwere körperliche Krankheiten oder neurologische Ausfälle auf die Paare zukommen.

Besonders bei an Demenz erkrankten Menschen kommt das nicht bewältigte in der Partnerschaft wieder zum Vorschein und das Leben führt in die Sackgasse, im schlimmsten Fall, wie ich es bei einer mittlerweile 56 Jahre dauernden Ehe im Bekanntenkreis kenne, in die Hölle. Eine Trennung kommt nicht mehr in Frage, aus Solidarität, aus Standesdünkel, aus finanziellen Gründen bleibt man bei dem Partner und hält aus und beide werden zu Symptomträgern ihrer nie ausgesprochenen Gefühle und Aggressionen.

Ganz zum Schluss was der Therapeut auch wissen muss:

IX. Psychische Erkrankungen und Paartherapie

Formen von Psychosen (Schizophrenie, schizoaffektive, affektive oder organische Psychosen), Wahn oder dissoziative Störungen lassen eine paartherapeutische Arbeit in der Regel nicht zu. Psychopharmaka oder wenn einer der Partner bereits in einer geschlossenen, stationären Psychiatrie war, werden dringend als Vorinformation benötigt, falls eine Paartherapie begonnen wird.

Ich danke Euch für Eure Aufmerksamkeit.

Quellen und Literatur:

- Peter Schellenbaum, Aggression zwischen Liebenden
(Ergriffenheit und Abwehr in der erotischen Erfahrung)
- Peter Schellenbaum, Das Nein in der Liebe
(Abgrenzung und Hingabe in der erotischen Beziehung)
- Peter Schellenbaum, Nimm deine Couch und geh
(Heilung mit Spontanritualen)
- Hans Jellouschek, Die Paartherapie,
eine praktische Orientierungshilfe
- Psychologie Heute compact, Heft Nr. 29,
Trennung und Neubeginn

