

Paarberatung

Beziehungsmodelle & Grundlagen der Paarberatung



flexuc@te

Nie war Bildung so nah!

2.3 PAARBEZIEHUNGS-MODELLE

2.3.1 LIEBESSTILE NACH LEE

Der kanadische Soziologe John Alan Lee beschrieb sechs unterschiedliche „Liebesstile“. Er hatte zuvor Probanden Aussagen über Liebe aus der antiken und modernen Literatur ordnen lassen und die Ergebnisse einer Faktorenanalyse unterzogen. Auf dieser Grundlage kam er zur Unterscheidung von sechs Arten von Liebe.

Die Liebesstile beschreiben, was Liebe für Menschen bedeutet, welchen Gefühlen/Handlungsmotiven sie in einer Liebesbeziehung den Vorrang einräumen und wie sie in Beziehungen miteinander interagieren.

Die Liebesstile lassen sich als persönliche Vorstellungen zum Thema Liebe und als Beweggründe, eine partnerschaftliche Beziehung einzugehen, verstehen. Sie gehen aus unterschiedlichen emotionalen und kognitiven Konstruktionen hervor, die sich Menschen auf der Grundlage kulturell vorgegebener Muster über Beziehungen bilden und die ihnen als Orientierungssystem dienen. Sie stellen intrapsychische interpersonelle Beziehungsmodelle dar.

Mit dem „Marburger Einstellungs-Inventar der Liebesstile“ (MEIL) liegt ein standardisierter Fragebogen vor, mit dem die jeweilige Ausprägung eines oder mehrerer „Liebesstile“ differenziert erfasst werden kann.

MEIL

I

INFOBOX (TEIL 1 VON 2)

Die sechs Liebestile nach Lee:

- **Romantische Liebe (Eros)**

ist gekennzeichnet von der unmittelbaren emotionalen und physischen Anziehung durch die geliebte Person und dem Wunsch, dem Partner möglichst nahe zu sein. Das Gefühl, bzw. die Sehnsucht nach dem Gefühl der Verschmelzung mit der geliebten Person ist (meist) mit physiologischer Erregung verbunden. Leidenschaft und sexuelle Zuneigung werden als Kriterien der romantischen Liebe genannt. Sexualität wird als emotional sehr befriedigend empfunden. Die Vorstellung eines idealen Partners („Traummann“/„Traumfrau“) und der größtmöglichen Übereinstimmung mit ihm spielt eine Rolle. Die romantische Liebe ist Gegenstand vieler Kunstwerke: Romane, Gedichte, Kompositionen und Filme. Auch die „Liebe auf den ersten Blick“ und das Gefühl des Verliebtseins gehören zur romantischen Liebe.

- **Besitzergreifende Liebe (Mania)**

geht mit Eifersucht und einer Achterbahnfahrt der Gefühle einher, je nachdem, ob sich der Eifersüchtige seines Partners momentan sicher ist oder nicht. Der zur Mania (von griechisch ‚Raserei und Wahnsinn‘) – ‚Besessenheit‘ Neigende quält sich beständig mit Gedanken an die mögliche Untreue des Partners und beschäftigt sich unausgesetzt mit der Beziehung.

I

INFOBOX (TEIL 2 VON 2)

● **Freundschaftliche Liebe (Storge)**

entsteht aus gemeinsamen Interessen und Aktivitäten und einer bereits länger bestehenden Bekanntschaft. Das gegenseitiges Verständnis, Toleranz und ein kooperatives Verhalten stehen im Mittelpunkt der Beziehung und schenken den Partnern ein harmonische Miteinander, Vertrauen und Sicherheit.

● **Spielerische Liebe (Ludus)**

bedeutet das spielerische Ausleben sexueller Aktivitäten. Tiefe und längerfristig emotionale Bindung werden nicht angestrebt oder sogar vermieden (das Maß der „romantischen“ Verbundenheit wird dann geradezu kritisch beobachtet und kontrolliert). Der spielerisch Liebende sucht Affären und hat häufig mehrere Beziehungen parallel. Das Spiel des Eroberns und der Bestätigung der eigenen Attraktivität spielen eine große Rolle, Rivalität und Eifersucht eine geringe. Ludus ist der Name sexueller Abenteuer – im Gegensatz zu einem „ernsthaften“ Interesse an der Gesamtperson des Gegenübers und einer engen Bindung.

● **Pragmatische Liebe (Pragma)**

Maßgeblich für die pragmatische Liebe ist der Nutzen einer Beziehung: sie sollen einen bestimmten Zweck erfüllen, z. B. materielle Sicherheit oder gesellschaftlichen Aufstieg bieten oder den Aufbau einer Familie ermöglichen. Vernunftgründe stehen für das Eingehen einer Beziehung im Vordergrund – mit wem, das wird sorgfältig abgewogen. Gefühle werden zurückgedrängt, sofern sie nicht mit den pragmatischen Kriterien in Einklang zu bringen sind. Zur pragmatischen Liebe gehört auch, ein möglichst klares Zukunftsszenario zu entwerfen und zu verwirklichen versuchen.

● **Altruistische Liebe (Agape)**

Agape (griechisch-lateinisch) bedeutet „Nächstenliebe“. Das Wohl des oder der anderen ist das ausschlaggebende Motiv für Handlungen und Gefühle. Diesem „Hauptanliegen“ und den Wünschen des Partners werden alle anderen persönliche Interessen untergeordnet. Agape ist mit großer Opferbereitschaft bis hin zur „Selbstlosigkeit“ verbunden.

Die sechs Liebesstile sind bei Lee in „primäre“ und „sekundäre“ unterteilt, wobei sekundär keine geringere Bewertung bedeutet, sondern wie eine Nummerierung für zwei Gruppen zu verstehen ist. Erst aus Kombination von primären („Eros“, „Storge“ und „Ludus“) und sekundären („Mania“, „Agape“ und „Pragma“) Liebesstilen ließe sich ein bestimmte Partnerschaft individuell beschreiben.

Auch sind die Grenzen zwischen den verschiedenen Liebestilen fließend. Das Interesse am Wohlergehen des Partners (Agape) gehört ebenso zur romantischen Liebe wie zur freundschaftlichen. Auch der Drang den Partner exklusiv für sich zu haben, (in übersteigerter Form „Mania“) ist eng mit romantischer Liebe verbunden.

Es bleibt eine konzeptionelle Unschärfe: es wird nicht deutlich, ob die Liebesstile stabile Eigenschaften einer Person sind, die sich stets in ähnlicher Weise - also unabhängig vom jeweiligen Partner - in verschiedenen Beziehungen ähnlich manifestieren oder ob die Liebesstile von Beziehung zu Beziehung wechseln, also nicht aus der Persönlichkeit der Partner vorhersagbar sind.

Testreihen trugen insofern zur Klärung bei, dass sich dabei „Eros“ und „Storge“ und – im weiteren Sinne – „Ludus“ partnerabhängig zeigten, also tendenziell Zustände wären, während „Pragma“, „Mania“ und „Agape“ eher individuelle Eigenschaften beschreiben.

Die „Liebesstile“ beschreiben unterschiedliche Beweggründe für Liebesverhalten. Dabei kann es zu inneren Spannungen aufgrund mehrere widerstrebenden Motive kommen: am häufigsten ist wohl der (Treue/Untreue-)Konflikt zwischen monogamgebundener (pragmatischer) Liebe und dem Verlangen sexuelles Begehren auch außerhalb der Partnerschaft zu befriedigen (Ludus).

*Beweggründe für
Liebesverhalten*

Hingegen stehen sich Ludus und romantische Liebe (Eros) diametral gegenüber und schließen sich nahezu aus: Romantisch Liebende drängt es selten zu sexuellen Abenteuern mit anderen als dem geliebten Menschen.

2.3.2 DAS KOLLUSIONSMODELL NACH JÜRG WILLI

„Beziehung als unbewusstes Zusammenspiel“ – ein Erklärungsmodell für Paarkonflikte

1975 veröffentlichte Jürg Willi sein Buch „Die Zweierbeziehung“, das in kurzer Zeit zu einem der meistgelesenen Bücher zum Thema Paarbeziehung wurde. Die von Willi vorgenommene Beschreibung von konflikthafter Paarbeziehungen als „Kollusionen“, als ein „geheimes Einverständnis“, entfaltete große gesellschaftliche Relevanz und ist bis heute Grundlage einer psychologischen Analyse der Gründe, warum und in welcher Weise Paare sich in einer konflikthafter erlebten Partnerschaft binden bzw. gebunden fühlen.

Willis Modell basiert auf der Freud'schen Theorie der oralen, analen, und ödipalen Entwicklungsphasen des Menschen und des Unbewussten (auf die hier nur so weit eingegangen werden kann, wie es für das Verständnis der Kollusionsmodelle Willis erforderlich ist).

*Gemeinsames
Unterbewußtes*

Willis Intention ist es, dem Berater von Paaren theoretische Bezugssysteme, bzw. Kategorien zur Verfügung zu stellen, die ihm die „Muster“ seiner Klienten verdeutlichen. Willis schreibt: „Manche Therapeuten glauben sich von der Durchführung einer Paartherapie überfordert, die von ihnen verlangen würde, ins Unbewusste nicht nur eines, sondern gleich zweier Individuen einzudringen. Dieses Unternehmen strapaziert tatsächlich das Fassungsvermögen des Therapeuten. Ich glaube, dass die Situation durch folgende Beobachtung wesentlich vereinfacht wird: Das Paar trägt seine Konflikte meist in der unablässigen Variation eines gleichbleibenden Themas vor. ... Diese den Partnern gemeinsame Grundthematik bildet ein gemeinsames Unterbewußtes. ... Das Zusammenspiel der Partner aufgrund dieses gemeinsamen Unterbewußten bezeichne ich als – in Anlehnung an H. Dicks – als Kollusion.“ (Willis 2012, 64)

DEFINITION

Kollusion: Unbewusstes Zusammenspiel von Partnern in Partnerwahl und Paarkonflikt

„Partner sind Komplizen in einem gemeinsamen Grundkonflikt, den sie in verteilten Rollen austragen.“ (ebd., 86)

Die Kollusion ließe sich auch als die konfliktbeherrschte Variante eines Modells der Beziehung als **wesenhafte Ergänzung** bezeichnen.

Mit seiner Beschreibung von Beziehungskonflikten als **gemeinsamer** neurotischer Störung der Partner ermöglichte Willis ein neues Verständnis von Paarkonflikten. (Neurotische Beziehungsstörung meint, „dass der Konflikt, den ein Paar zeigt, nicht nur in der aktuellen Beziehungssituation begründet ist, sondern einen lebensgeschichtlichen, in der Persönlichkeit verankerten Hintergrund hat.“ (ebd., 81)

Einseitige Schuldzuweisungen

Die sogenannte „50-Prozent-Regel“ der Verursachung von Paarkonflikten (beide Partner haben den gleichen Anteil am Verlauf der Beziehung), die auf Willis zurückgeht, entzog der bis dahin – insbesondere auch juristisch – übliche Unterscheidung in einen **schuldigen** und einen **unschuldigen** Partner ihre Grundlage. Diese Unterscheidung hatte bis dahin die Sicht auf Paarkonflikte dominiert und oft genug sowohl die Einsicht in Ursachen und Gründe als auch mögliche Klärungen des Konflikts durch gegenseitige, einseitige Schuldzuweisung verhindert. Nach Willis Einführung des Kollusionskonzeptes, wonach die Kollusion von beiden Partnern zu nahezu 50% verursacht wird, war dieses **Be- und Verurteilungskonzept** nicht mehr aufrecht zu erhalten.

P

RAXISFALL

Ein neues Klientenpaar hat sich bei dem Berater Anton Kerner angemeldet: Alexandra und Lucas. Sie sind seit vier Jahren ein Paar. In den vergangenen Monaten haben sie sich mehrmals getrennt, sind aber immer wieder zusammengekommen.

- Doch „es wird nicht besser zwischen uns“, sagt Alexandra, „sondern eher immer schlimmer“.
- Lucas stimmt ihr zu: „Schön ist etwas anderes. Wir streiten uns ja nur noch.“
- Alexandra fährt fort: „Ich halte es nicht mehr aus, wie er mich behandelt, aber ich kann auch nicht gehen.“
- „Und sie Lucas“, fragt Anton Kerner, „wie ist das mit Ihnen? Wollen Sie auch gehen und können nicht?“
- „Sie kommt ja immer wieder an, wenn wir uns getrennt haben!“
- „Das ist ja wohl nur die halbe Wahrheit“, wirft Alexandra aufgebracht ein. „Du bist mindestens genauso oft wieder angekommen!“
- „Aber ich brauche Dich nicht. Ich wollte nur wissen, wie es Dir geht und schwupps hingst Du schon wieder an mir wie eine Klette.“
- „Sehen Sie, Herr Kerner, „so geht es immer. Er dreht alles so hin, wie es ihm passt und am Ende bin ich schuld, dass es zwischen uns nicht läuft.“
- „Da scheinen Sie ja in einen richtigen Teufelskreis geraten zu sein!“ kommentiert Anton Kerner.
- „Das kann man wohl sagen!“ bestätigt Lucas.
- „Wie konnte das nur passieren? Warum? Und warum gerade uns?“ fragt Alexandra mit Tränen in den Augen.

„Ein Kreis hat weder Anfang noch Ende. Wir können nicht mehr davon ausgehen, das Verhalten des einen Partners verursache das Verhalten des anderen, weil das Verhalten des ersteren bereits durch das Verhalten des zweiten mitbedingt ist. Ursache und Wirkung, Reiz und Reaktion lassen sich nicht mehr voneinander trennen.“ (ebd., 72 f.)

DIE DYADISCHE KOLLUSION – GRUNDSHEMA

Das Kollusionskonzept war auch das erste Modell für die Integration systemischer und psychodynamischer Aspekte von Paarkonflikten, und zeigt, wie diese Aspekte immer wieder ineinandergreifen.

Allen Kollusionen („geheimen Allianzen“) liegt ein gemeinsames Schema zugrunde: „Das Kollusionsmodell basiert auf einem gemeinsamen Thema der Liebe, das von beiden Partnern in polarisierter Form inszeniert wird. Die beiden Partner stehen in polarisierten Positionen zueinander, in welchen sie sich ein Rollenverhalten zuweisen, das ihnen eine kontrollierbare Form von Liebe ermöglicht.“ (ebd., 84)

Eine Zweierbeziehung („Dyade“), die später zur Kollusion wird, beginnt bei der Partnerwahl damit, dass ein Partner mit regressiven Wünschen und ein Partner mit progressiven Wünschen zusammenfinden.

DEFINITION

Regressiv = „rückläufig“, „rückschrittlich“. In der psychoanalytischen Theorie bezeichnet „regressiv“ das Zurückfallen auf eine frühere Stufe der geistigen Entwicklung bzw. des Trieblebens.

Progressiv = bedeutet (nach Willi) „das Gegenteil von regressiv, nämlich eine überkompensierte, forcierte Form von Dominanz und Überlegenheit.“

Flucht nach hinten

Wo der eine sich einen „starken“ Partner wünscht, braucht der andere einen „schwachen“. Der „Schwache“ sucht den „Starken“, um sich z. B. mit seinen Gefühlen von Überforderung, Schutz- und Hilfsbedürftigkeit an den Partner anlehnen zu können, um die Aufgabe, solche Gefühle selber zu regulieren und ihnen aktiv entgegenzuwirken, an den Partner zu delegieren und sich stattdessen passiv-regressiv verhalten zu können. Er tritt sozusagen die Flucht nach hinten an, zurück in eine kindliche Haltung und Entwicklungsstufe. Der „Starke“ hat nun hat möglicherweise ein Problem damit, sich als hilfsbedürftig zu erleben und eigene Schwächen zu erkennen und einzugestehen. Er „überkompensiert“ diesen Konflikt, in dem er nach vorne flüchtet: in die Rolle des „Starken“, „Unermüdlichen“, „Nicht klein zu kriegenden“. Hierfür benötigt er aber als komplementäre Ergänzung den „Schwachen“ – so wie dieser ihn, um seinerseits seine uneingestanden Wünsche nach progressivem Verhalten abwehren zu können.