

Mehrgenerationale Bindungsdynamik in der Systemischen Paartherapie

Bindungsmuster und affektive Kommunikation bei Paaren¹

Vera Loos-Hilgert und Erhard Wedekind

Zusammenfassung

Bei Paaren mit einer langfristig anhaltenden Vorwurfsdynamik, die aber nicht zur Trennung führt, wurde eine auffällig häufige Konstellation von Nähevermeidungs- und Angstbindungsmuster festgestellt, die die Beteiligten in ihren Ursprungsfamilien herausbildeten. Diese Konstellation wird anhand einer Fallvignette auf der Paarebene als ein vorprogrammiertes Missverständnis analysiert. Für ein Vorgehen in der Paartherapie wird eine deutlich suggestive Positionierung des therapeutischen Teams als „Lobby für die Beziehung“ entwickelt, die dem Paar Zugänge zu Ressourcen und Kompetenzen eröffnen kann.

Schlüsselwörter: Bindungsmuster, Innere Arbeitsmodelle, mehrgenerationale Perspektive, lebensgeschichtliche Copingstrategien, Problemtrance, therapeutische suggestive Positionierung

Abstract

Multigenerational Attachment Dynamics on Systemic Couples Therapy – Attachment Patterns and Affective Communication on Couples

Looking at couples that show long-lasting blaming dynamics, but were still living together, the impression seemed to be noticeable that in many cases a constellation appeared combining avoidance of proximity with anxiety-attachment patterns. This constellation had been developed by early experiences in their families of origin. By means of a case study such constellation is analyzed on the couples' level as a preprogrammed misunderstanding. Concerning approaches in couples' therapy an explicit suggestive positioning of the therapeu-

¹) Originalpublikation in: Schindler H, Loth W & von Schlippe J (Hrsg) (2011) Systemische Horizonte. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen, S. 179-186. Nachdruck mit freundlicher Genehmigung des Verlags.

Zusammenfassung, Abstract und Randtexte wurden aktuell eingefügt.

tic team as "lobby in favor of the relationship" has been designed. This kind of lobby seems to be able to grant couples' access to resources and competences.

Keywords: attachment patterns, inner working models, multigenerational perspectives, life stories as bases of coping strategies, problem trance, therapeutic suggestive positioning

Paare fragen therapeutische Unterstützung an, wenn sie sich in erstarrten leidvollen Beziehungsmustern befinden. Sie bewegen sich dann häufig in einer Vorwurfs-Rechtfertigungs-Spirale und es gelingt ihnen nicht mehr dialogisch nachhaltige konstruktive Lösungen zu finden. Spannungs- und Affektregulation sind sowohl individuell als auch beziehungs-dynamisch stark beeinträchtigt. Die Balance zwischen Autonomie und Bindung ist ins Wanken geraten. Zufriedenes Erleben von Kooperation und Nähe geht verloren. Empathie und neugieriges Interesse für den Anderen sind reduziert.

Frühe Bindungserfahrungen als motivationale Basis paarspezifischer affektiver Abstimmung

In unserer langjährigen co-therapeutischen Arbeit mit Paaren haben wir immer wieder erfahren, dass eine mögliche Entwicklungsperspektive im gemeinsamen Verstehen der mehrgenerationalen Bindungsdynamik liegt. Wir gehen davon aus, dass typische Beziehungsmuster in der Paardynamik eine motivationale Basis in den jeweiligen frühen Bindungserfahrungen haben und dass diese sich in der Geschichte des Paares in einer spezifischen affektiven Abstimmung entwickeln und zeigen. Nach unserer Erfahrung eröffnet dieser Fokus in der paartherapeutischen Praxis die Chance für ressourcen- und lösungsorientiertes Arbeiten, dann nämlich, wenn spezifische Bindungsstile in ihrem lebensgeschichtlichen Kontext markiert und verstanden werden, ihre Sinnstrukturen exploriert und gewürdigt werden.

Bindungsforscher (Bowlby 1983, Brisch 1999) gehen davon aus, dass Beziehungsunsicherheiten in der frühen Kindheit die Fähigkeit, im späteren Leben stabile Bindungen einzugehen, einschränkt. Es besteht zwar kein unmittelbarer Kausalzusammenhang zwischen frühen Bindungserfahrungen und späteren Entwicklungsverläufen, aber sie bilden den Rahmen für zukünftige Bindungserwartungen und -erfahrungen (vgl. Grossmann/Grossmann 2008, S. 253). Im Dialog zwischen Kind und rele-

vanten Bezugspersonen entwickeln sich spezifische Bindungsmuster. Jede bindungsrelevante Szene ist ein Baustein, der die Lebensthemen konstruiert, anpasst und verändert. Intrapsychische Bindungsrepräsentanzen als „Innere Arbeitsmodelle“ stehen in ständiger Wechselbeziehung zu interpersonellen Beziehungen und kontextuellem Rahmen. Sie prägen die individuellen Systeme von Denken, Fühlen und Handeln und damit die Konzepte des Selbst.

Eine Person kann auch unterschiedliche Arbeitsmodelle internalisieren, insbesondere dann, wenn Bindungserfahrungen stark divergieren – Beispiel: eine unsicher-verstrickte Bindungsbeziehung zur Mutter und eine unsicher-vermeidende zum Vater. Das heißt auch, dass je nach Anforderungssituation mit unterschiedlichen Bindungsmustern geantwortet werden kann. Allerdings sprechen die Bindungstheoretiker von einem dominanten „Inneren Arbeitsmodell“, was vor allem dann, wenn das Angst- und Furchtsystem aktiviert ist, prominent ist.

Multiple innere Arbeitsmodelle

Forschungsergebnisse belegen, dass die Arbeitsmodelle nicht nur dyadisch, sondern komplex geprägt sind und die transgenerationale Weitergabe von Bindungsmustern als gesichert gilt (vgl. v. Sydow 2008, S. 265 ff.). Die drei zentralen Bindungskategorien zeigen sich wie folgt (Grossmann/Grossmann 2008, S. 251 ff.):

- ▶ **Sicher gebundene Menschen** erzählen Szenen und Ereignisse ihrer eigenen Bindungsgeschichte kohärent, anschaulich und nachvollziehbar. Negative Erlebnisse und Gefühle werden reflektiert und integriert. Sie äußern Wertschätzung gegenüber vertrauten und verlässlichen Beziehungen (Eltern, Partnern). Weder Idealisierung noch Entwertung prägen ihr Beziehungsbild. In der Liebespartnerschaft besteht Gegenseitigkeit in Bezug auf Verfügbarkeit und Zuverlässigkeit. Die Bedürfnisse nach Bindung und Exploration sind gut ausbalanciert.
- ▶ **Unsicher-vermeidende (Nähevermeidungsmuster)** Personen stellen sich eher als autonom dar, geben emotionaler Unterstützung wenig Gewicht. Sie idealisieren häufig Eltern/oder Partner, ohne dies mit illustrativ sinnstiftenden Narrativen zu verknüpfen. Sie erzählen wenig von bindungsbezogenen Aspekten von Beziehungen, sondern fokussieren eher

Organisierte Bindungsstrategien

auf Ereignisse, Dinge, die für diese spezifische Beziehung kaum relevant sind. Wir nennen sie auch die „**Meister der Selbstregulation**“, da sie über ein hohes Potenzial verfügen, in Stresssituationen ihre eigene Spannung so zu regulieren, dass sie handlungsfähig bleiben. Ihre soziale Motivation ist, Bezugspersonen nicht zu belasten.

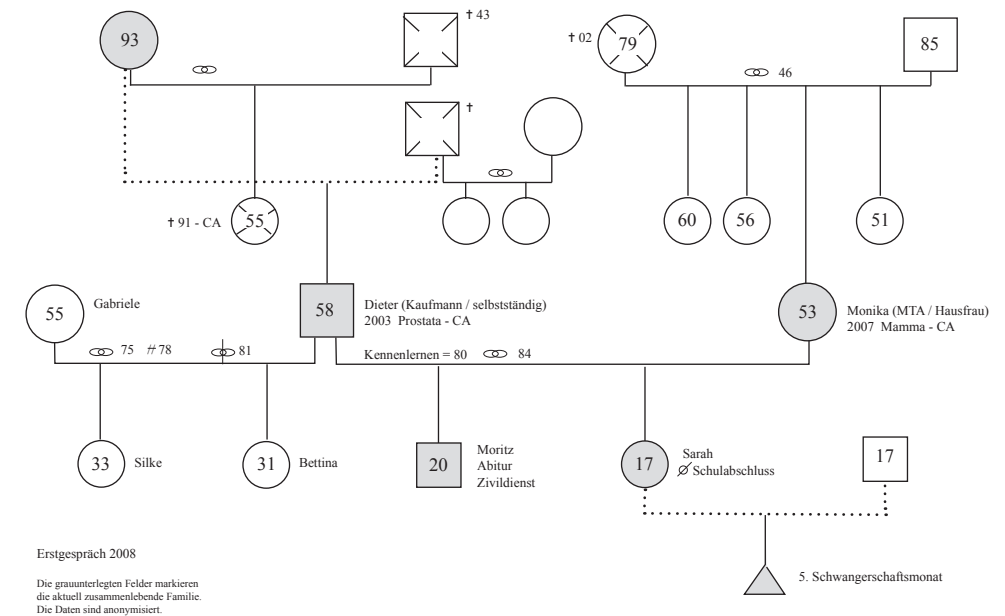
- **Unsicher-ambivalente/verstrickte (Angstbindungsmuster)**
Menschen erleben sich als (unterstützungs-)bedürftig und erwarten zugleich keine Resonanz auf ihre Bedürftigkeit. Sie switchen zwischen den Zeitdimensionen, verlieren sich in Details und emotionalen Überflutungen. Als „**Meister der Fremdregulation**“ erfahren sie Sicherheit und Beruhigung im sozialen emotionalen Überengagement. Sie zeichnen sich durch ein hohes Maß an Empathie aus; kontrollieren im Status hoher Alarmbereitschaft die Befindlichkeit der Anderen. Das eigene Autonomiestreben wird zugunsten des Sicherheitsbedürfnisses minimiert.

Desorganisierte Bindungsstrategie

Im Gegensatz zu diesen drei organisierten Bindungsstrategien zeichnet sich die vierte Kategorie der **Desorganisation** durch dissoziierte und zum Teil bizarre Strategien aus, um elementare Orientierungsfähigkeit (raum - zeitlich) aufrechtzuerhalten oder wiederherzustellen. Lebensgeschichtlicher Hintergrund sind unbewältigte Traumata. Ein konsistentes Bindungsmodell wurde in der Kindheit nicht erfahren. Angstbindungs- und Nähevermeidungsmuster fluktuieren permanent. Folglich zeigen sich solche Menschen kritisch-skeptisch gegenüber Beziehungen oder auch idealisierend.

Auffällig häufig Paare mit der Konstellation Nähevermeidungs- und Angstbindungsmuster

In unserer therapeutischen Praxis begegnen wir auffällig häufig Paaren mit der Konstellation Nähevermeidungs- und Angstbindungsmuster. Unsere Erfahrung zeigt, dass unsicher-gebundene Menschen auch an unglücklichen Beziehungen festhalten, da ihre Verlustangst überwiegt. In dieser Logik würden Partner mit sicher-gebundener Basiserfahrung unglückliche Beziehungen eher auflösen, da sie zuversichtlicher sind, wieder neue Bindungen eingehen zu können. – Zur Illustration der Beziehungskonstellation Nähevermeidungs- und Angstbindungsmuster stellen wir ein Paar vor, das uns in ganz besonderer Weise beeindruckt und herausfordert hat.



Zur Paartherapie erscheinen Herr (58 Jahre) und Frau Muth (53 Jahre). Sie haben sich vor 28 Jahren kennengelernt, seit 24 Jahren sind sie verheiratet. Sie sind Eltern von zwei gemeinsamen Kindern; Moritz ist 20 Jahre alt; absolviert nach seinem Abitur zurzeit den Zivildienst; die 17-jährige Sarah hat keinen Schulabschluss, sie ist im fünften Monat schwanger. Als sich das Paar kennenlernte, hatte Herr Muth sich gerade von seiner ersten Frau getrennt; aus dieser Ehe hat er zwei Töchter. Die älteste Tochter wuchs in der Familie Muth auf. Mit der Familiengründung gab Frau Muth ihren Beruf als Medizinisch-technische Assistentin auf und ist seitdem nicht wieder erwerbstätig.

Herr Muth hat seine Anstellung im kaufmännischen Management vor zwei Jahren aufgegeben, nachdem er sich drei Jahre zuvor wegen eines Prostata-Karzinoms einer onkologischen Therapie unterziehen musste. Die Ärzte attestieren ihm eine sehr günstige Prognose. Jetzt arbeitet er selbstständig in der Bauberatung und mit deutlich geringerer Arbeitszeit. Das Familieneinkommen ist solide gesichert. Vor einem knappen Jahr wurde bei Frau Muth Brustkrebs diagnostiziert; nach der Operation des Karzinoms erhielt sie Chemotherapie; zurzeit befindet sie sich in Strahlentherapie.

Anlass für die Paarberatung sind massive symmetrisch-eskalierende Streitsituationen – sie macht ihm heftige Vorwürfe, er interessiere sich nicht für sie und unterstütze sie nicht in der Familie. Er verstrickt sich in Rechtfertigungsschleifen und zieht sich schließlich zurück. Das Streitszenario ist zum redundanten Muster erstarrt, die Anlässe kommen aus heiterem Himmel. Die Kinder versuchen auf ihre Weise zu schlichten – ohne Erfolg. Der avisierte Auszug beider Kinder scheint das Paarsystem zusätzlich zu destabilisieren.

**Vermeidungs- und Angstbindungsmuster:
Das vorprogrammierte Missverständnis**

*Attraktive Wirkung
im Sinne eines
Wunsches nach
positiver Ergänzung*

Befragt man Paare, was ihnen am anderen in der Kennenlernsituation besonders gefallen hat, werden oft Merkmale beschrieben, die mit dem vorherrschenden Bindungsmuster einhergehen. Sie besitzen eine attraktive Wirkung im Sinne eines Wunsches nach positiver Ergänzung. Dabei werden diese Verhaltensmodi idealisiert – durch die Brille der Verliebtheit. So wird ein Nähevermeidungsmuster von der Partnerin z. B. als souveräne Gelassenheit und Ausdruck von Unabhängigkeit wahrgenommen. Der andere erscheint als „Fels in der Brandung“, der Halt und Sicherheit verspricht. Umgekehrt wird die Partnerin mit dem Angstbindungsmuster wegen der damit verbundenen faszinierenden Breite des emotionalen Ausdrucksvermögens bewundert. Die expressive Lebendigkeit wirkt auf den Partner mit dem Nähevermeidungsmuster fremd und anziehend zugleich.

Von früherer Idealisierung zu negativer Unterstellung

In der weiteren Geschichte des Paares ergeben sich allerdings aus dem Aufeinanderprallen der stark unterschiedlichen Verarbeitungs- und Bewältigungsmuster immer mehr Reibungsflächen, die in manifesten Konfliktsituationen zunehmend als enttäuschend bzw. einengend erlebt werden. Das Nähevermeidungsverhalten des Partners spendet viel zu wenig Sicherheit, weil es kaum Resonanz anbietet. Es wird nunmehr als Ausdruck von mangelndem Interesse – als egoistisch und uneinfühlsam – wahrgenommen. So regt es verstärktes appellatives Bindungsverhalten beim Partner an. Dessen Angstbindungsmuster in dieser verschärfte Form wird umgekehrt als eng, anklammernd, keinen Raum lassend und verfolgend erlebt. – Was in der früheren Idealisierung positiv übersteigert wurde, gerät jetzt zur durchweg negativen Unterstellung, die dem Gegen-

über ein Kalkül des „Schadenwollens“ zuschreibt. Wenn sich beide Partner gegenseitig durch diese „Brillen“ anschauen, ist das Missverständnis vorprogrammiert: die Zurückhaltung im emotionalen Ausdrucksvermögens (beim Nähevermeidungsmuster) wird nicht als lebensgeschichtlich aufgenötigte Spezialisierung im Umgang mit wenig belastbaren Bezugspersonen erkannt, die nicht einfach umstandslos aufgegeben werden kann; die niedrigschwellig einsetzende Beunruhigung und ängstliche Anspannung (beim Angstbindungsmuster) wird nicht als Folge eines erhöhten Sicherheitsbedarfes aufgrund früh erlebter inkonsistenter und willkürlicher Betreuungserfahrungen eingeschätzt. Stattdessen stehen sich jetzt beabsichtigte „Gefühlskälte“ und übersteigertes „Kontrollinteresse“ gegenüber. Jeder der Partner findet für seine Hypothese über den „wahren“ Charakter des anderen in dessen Verhalten die Bestätigung.

In unserem Fallbeispiel berichtet Herr Muth aus der Anfangszeit der Beziehung, dass er seine Frau als ein soziales und gefühlsvolles Wesen kennengelernt hat; Frau Muth ihrerseits war beeindruckt durch sein energisches Auftreten, seine Entschlusskraft und seinen eisernen Willen. Er suchte bei ihr Ruhe und Einfühlsamkeit, sie bei ihm Tatkraft, Halt und einen sicheren Rahmen.

Frau Muth ist die dritte von vier Töchtern. Den Vater beschreibt sie als „Familienpascha“, als eine Art „graue Eminenz“ im Hintergrund – manchmal jähzornig, sonst emotional abwesend. „Vernünftig sein“ war dem Vater wichtig. Die Eltern stritten häufig, Vater war Mutter intellektuell überlegen. Mutter ordnete sich allerdings nicht unter. Frau Muths Positionierung in der eigenen Ehe könnte man so verstehen, dass sie in der Position der Mutter mit den Waffen des Vaters gegen ihren Mann kämpft.

Herr Muth hat von seinem Vater nur ein Foto aus Kindertagen. Er ist unehelich geboren, seine Mutter hatte aus verwitweter erster Ehe eine 14 Jahre ältere Tochter. Sein Vater war mit einer anderen Frau verheiratet und hatte zwei weitere Kinder, wovon seine Mutter erst nach Jahren erfuhr und sich dann trennte. Männliche Bezugspersonen fand Herr Muth in einem jüngeren Onkel mütterlicherseits und in seinem Fußballtrainer. Die bei seiner Mutter spürbare Resignation und Verbitterung waren

vermutlich ein wichtiger Antrieb für ihn, im Unterschied zu seinem Vater einen verlässlichen materiellen Rahmen zur Verfügung zu stellen und Verantwortung zu übernehmen. Die entsprechende Anerkennung bekommt er aber weder von seiner Mutter, die hochbetagt mit im Haus lebt und die Eheleute weiter spaltet, noch von seiner Frau, die ihm eine zu enge Verstrickung mit seiner Mutter vorwirft. Stattdessen fühlt er sich entwertet und kontrolliert.

Beide Ursprungsfamilien – seine Mutter und ihre Eltern – waren gegen ihre Heirat. Er hat in ihrer Familie seine praktische handwerkliche Hilfe eingebracht, was aber nichts an der unterschweligen Ablehnung änderte. Sie hat seine Schwester während ihrer Krebserkrankung gepflegt, die dann kurz vor der Geburt der Tochter Sarah verstarb. Um die Versorgung einer seiner zwei Töchter aus erster Ehe hat sie sich ebenfalls gekümmert.

Das Paar lässt sich auf die Prozeduren der Reproduktionsmedizin ein, um den starken Kinderwunsch der Frau zu unterstützen. Beide Kinder werden durch Insemination gezeugt. Eine – durchaus nicht seltene – Folge ist das von beiden bestätigte Verschwinden der erotischen Spontanität.

Aktuell in der tapferen Meisterung ihrer Krebserkrankungen und der Unterstützung der schwangeren Tochter und beziehungsweise geschichtlich im gemeinsamen Durchstehen der skizzierten Belastungen für ihre Ehe erweisen sich beide als ein ausgesprochen erfolgreiches Krisenteam in akuten zugespitzten Situationen. Erfolg, Konsolidierung und Entspannung sind aber nicht gemeinsam zu genießen, stattdessen setzt dann die gegenseitige Entwertungs- und Vorwurfsdynamik ein, mit der sich beide mürbe machen.

Missbilligung durch Ursprungsfamilien als eine mehrgenerationale Last

In dieser Skizze wird deutlich, dass nicht nur die Idealisierungen des Partners aus der Anfangszeit der Beziehung frustriert werden und aus einer Ernüchterung eine sich gegenseitig bestätigende Vorwurfsdynamik entsteht, sondern dass zusätzlich die Missbilligung der Verbindung durch die Ursprungsfamilien wie eine mehrgenerationale Last auf dem Paar liegt. Die vertikal wirksame tiefe Loyalität zu den eigenen Eltern trägt dazu bei, dass das Paar seine gemeinsamen Erfolge gerade unter zugespitzten Stressbedingungen nicht genießen und anerken-

nen kann. So als ob sie nicht glücklich sein dürfen, um das mehrgenerationale Verdikt zu bestätigen. – Ihre Beziehung hat bei Dritten noch nie eine Lobby gehabt. Hier liegt aus unserer Sicht eine zentrale Interventionschance für das therapeutische Vorgehen. Wir skizzieren im Weiteren zunächst unsere generelle Positionierung gegenüber bindungsdynamisch mehrgenerational verstrickten Paaren und kommen dann auf unser Fallbeispiel zurück.

Therapeutisches Vorgehen: Lobby für die Beziehung

Die Verhärtung des gegenseitigen Musters von Entwertung und Vorwurf und die mehrgenerationale Missbilligung der Partnerwahl wirken wie eine fortwährende Problemtrance auf die Partner. Entsprechende Hinweise und Erklärungen reichen da keineswegs aus, um andere, öffnende Sichtweisen anzuregen. Wir denken, dass eine deutliche und durchaus suggestiv absichtsvolle Positionierung der Therapeuten für die Beziehung des Paares erforderlich ist, um ein spürbares Gegengewicht gegen die Problemtrance aufzubauen. Wir definieren uns explizit als „Lobby für die Beziehung“. Die therapeutische Vorgehensweise, die aus dieser Selbstdefinition entsteht, hat vier zentrale Bestandteile:

Absichtsvolle Positionierung der Therapeuten für die Beziehung des Paares erforderlich

1. *Identifikation der Muster:* In einer konzentriert verdichteten Genogrammarbeit untersuchen wir Verluste, Trennungen, chronische Erkrankungen und andere belastende Lebensereignisse bezogen auf die lebenszyklischen Verarbeitungsmöglichkeiten der beteiligten Personen. Wie hat der Partner versucht, in seiner Ursprungsfamilie zu helfen? Ist das gesehen und anerkannt worden? Welche besondere Sensibilität für die Wahrnehmung von Bedürfnissen bei anderen und die Artikulationsmöglichkeit eigener Bedürftigkeit ist dabei herausgebildet worden?
2. *Positive Beschreibung des Musters als Copingstrategie:* Beschreibung eines besonderen lebensgeschichtlichen Spezialisentums (z. B. das Zurückhalten eigener Befindlichkeiten und Ansprüche, um niemanden zusätzlich zu belasten – oder die niedrigschwellige Alarmierung für Irritationen, um die Aufrechterhaltung der Beziehung zu gewährleisten) statt defizitärer Etikettierung.

3. *Begründung einer neuen Paarbegegnungsmöglichkeit:* Wir greifen die in der anfänglichen Verliebtheitsphase ansässige Selbsterweiterungsphantasie durch die konkrete Partnerwahl auf und behandeln sie als eine wichtige Ressource. Wir markieren den Nutzen der individuellen Musterebene für das Entwicklungspotenzial des Paares, z. B. Fokussensibilität für den Stellenwert der Autonomie bei dem einen Partner und für den Stellenwert des Beziehungserhaltes bei dem anderen.
4. *Gemeinsame Entwicklungsförderung anregen:* Wir schlagen gegenseitige Beruhigungsstrategien vor, die der Angst vor Autonomieverlust oder der Verlustangst in Bezug auf die Beziehung präventiv begegnen; durch welche Gesten und Angebote kann er ihren erhöhten Sicherheitsbedarf berücksichtigen? Mit welchen Vorschlägen und Absprachen kann sie sein Autonomiebedürfnis explizit anerkennen und bestätigen? Mit Metaphern und Bildern versuchen wir, positive Ziele und Fähigkeiten suggestiv zu ankern. Um eine lösungsorientierte Fokussierung und aktive Handlungsmöglichkeiten anzuregen, geben wir Trainingsaufgaben (Paarabende in wechselnder Regie gestalten, kontrollierter Dialog, arbeitsteilige Vorbereitung und Auswertung von Besuchen von und bei den Ursprungsfamilien, besondere Unterstützung bei Schwangerschaft, Examen und beruflichen Herausforderungen).

Gegenüber den Eheleuten Muth aus unserem Fallbeispiel haben wir Respekt und Wertschätzung gegenüber ihrer gemeinsamen Lebensleistung ausgedrückt und betont, dass beide zurzeit keine Energie haben, gemeinsam zu trauern. Sie fürchten eher gemeinsam zu weinen, wenn sie das, was ihnen jeweils abverlangt wurde, anschauen. Stattdessen gehen sie in einen zersetzenden Streit, der sie aber auch zwingt, Kraft und Mut zu zeigen, nicht Schmerz und Kummer. Das hilft ihnen, ihre Krebs-erkrankungen tapfer durchzustehen. – Das Paar ist durchaus angerührt durch diese Konnotation ihres Dauerstreites, was aber nicht heißt, dass diese aggressive Auseinandersetzung damit beendet wäre. Sie bricht immer wieder auf, ist von unserer Seite trotz aktiv-strukturierender Interviewführung kaum zu regulieren und veranlasst uns zwischenzeitlich zu einer Ohnmachtsdeklaration. – Beide erleben sich wechselseitig als übergriffig. Wir schlagen einen Verhaltenskodex vor, der Tabuzonen

markieren soll. Nur zwei Spielregeln sind schließlich zu fixieren: er darf nicht mehr „brüllen“, sie darf nicht mehr sein „Sündenregister“ aus der Vergangenheit aufrollen. Wir sehen darin die Chance, durch jeweiliges eigenes Handeln bzw. Unterlassen eine vertrauensbildende Maßnahme anzubieten und für den eigenen Part so etwas wie „Täterbewusstsein“ zu entwickeln.

Es kommt tatsächlich zu einer auch für die Kinder spürbaren Entspannung – und damit aber auch zu mehr Nähe. Die fragile Kompromissbildung – „Wir bleiben zusammen, tragen aber nur die Lasten und teilen keine Freude und Bereicherung“ – kommt in Schiefelage. Hier kann der Hinweis auf die von den Ursprungsfamilien missbilligte Verbindung – „die Beziehung ohne Lobby“ – helfen, die ungewohnte Nähe als weniger bedrohlich wahrzunehmen. – Natürlich wirken solche Interventionen nicht gleich dauerhaft stabilisierend auf die Paarbeziehung. Beide haben noch sehr viel damit zu tun, ihre individuelle Spannungsregulation besser in den Griff zu bekommen. – Wir können allerdings den Part als positive Lobbyisten ihrer Beziehung auch nicht über längere Zeit übernehmen. Nach zehn Sitzungen – also ca. einem Jahr – steht das Paar wieder allein vor der Frage, ob und wie sie sich in Zukunft mit den Anregungen aus der Paartherapie weiter beschäftigen wollen.

Diskussion

Wir sind nicht ständig auf die Bindungsdynamik fokussiert, wenn wir mit Paaren arbeiten. Eine Indikation für das skizzierte Vorgehen sehen wir bei einer persistierenden Vorwurfsdynamik vor allem in langjährigen Paarbeziehungen, die dem Partner ein schädigendes Kalkül unterstellt und gleichzeitig mit sehr viel Verzweiflung und Hilflosigkeit verbunden ist.

Weiterhin wollen wir auch nicht den Eindruck erwecken, als handele es sich bei der von uns prototypisch beschriebenen Konstellation von Nähevermeidungs- und Angstbindungsmuster um einen ahistorischen Zustand. Dass Paare sich überhaupt ausdrücklich auf ihre emotionale Bindungsdynamik berufen und dafür professionelle Hilfe in Anspruch nehmen, ist fraglos dem Umstand geschuldet, dass in einem Zeitraum von ca. acht Jahrzehnten des 20. Jahrhunderts die strukturorientierte, traditionale, auf sozialen Verpflichtungen und Erwar-

Indikation besonders bei einer persistierenden Vorwurfsdynamik

tungen beruhende lebenslange Ehe einer zunehmend prozess- und affektorientierten „Aushandlungspartnerschaft“ (Beck/Beck-Gernsheim 1990) gewichen ist, die in ihrer Dauerhaftigkeit prinzipiell begrenzt sein kann. Der Verlust an sozialen und ökonomischen Funktionen wird in den modernen Familienformen mit einer emotionalen „Aufheizung“ (Ottomeyer 1991) kompensiert. Entscheidend wird der emotionale Konsens, überhaupt weiter zusammenbleiben zu wollen. So gesehen beschäftigen wir uns als Paartherapeuten mit Folgeproblemen „rationalisierter Geschlechterverhältnisse“ (Wedekind 2005).

Skepsis gegenüber geschlechtstypischen Zuordnungen

Allerdings melden wir Skepsis an, wenn Bindungsmustern eine geschlechtstypische Zuordnung zugeschrieben wird. So weist Willi (2002) Männern generell auf einer sozialpsychologischen Ebene das Nähevermeidungsmuster zu, den Frauen das Angstbindungsmuster. Indirekt geht er zudem davon aus, dass sich die Präferenz für das jeweilige Bindungsmuster erst nachhaltig in der Paarbeziehung herausbildet und sich dort stabilisiert. Diese Annahme teilen wir nicht. Bindungsmuster entwickeln sich in der primären Sozialisation in den Ursprungsfamilien, können aber im weiteren Lebenszyklus in begrenztem Umfang modifiziert werden. Dass auch in unserer Praxis mehr Frauen ein Angstbindungsmuster zeigen, führen wir darauf zurück, dass sie es sind, die die Initiative für eine Paartherapie ergreifen.

Literatur

- Beck U, Beck-Gernsheim E (1990) Das ganz normale Chaos der Liebe. Suhrkamp, Frankfurt/M
- Bowlby J (1983) Verlust – Trauer und Depression. Kindler, München
- Brisch KH (1999) Bindungsstörungen. Von der Bindungstheorie zur Therapie. Klett-Cotta, Stuttgart
- Grossmann KE, Grossmann K (2008) Die psychische Sicherheit in Bindungserfahrungen. *Familiendynamik* 33(3):231-259
- Ottomeyer K (1991) Gesellschaftstheorien in der Sozialisationsforschung. In: Hurrelmann K, Ulich D (Hrsg) Neues Handbuch der Sozialisationsforschung. Beltz, Weinheim, S. 153-189
- Sydow K v (2008) Bindungstheorie und systemische Therapie. *Familiendynamik* 33(3):260-273
- Wedekind E (2005) Die auszuhandelnde Partnerschaft – Beziehungsdynamische Folgen rationalisierter Geschlechterverhältnisse. In:

Wedekind E (2005) Orientierung in Systemen. Ein psychoanalytisch-systemischer Wegweiser für professionelle Beziehungsarbeit. Xenomoi, Berlin, S. 15-31

Willi J (2002) Psychologie der Liebe. Persönliche Entwicklung durch Partnerbeziehungen. Klett-Cotta, Stuttgart

Vera Loos-Hilgert
Praxis für systemische Beratung
Krahenstr. 13
50163 Köln
e-mail: v-loos@web.de

Dr. Erhard Wedekind
psykoeln-institut
Wilhelmstr. 22
51143 Köln
e-mail: dr.e.wedekind@t-online.de