



universität
wien

Diplomarbeit

Titel der Arbeit

Entwicklung von Paarbeziehungen bei
imagotherapeutischen Interventionen

Verfasserin

Elisabeth Hoffmann

Angestrebter akademischer Grad

Magistra der Naturwissenschaften (Mag. rer. nat.)

Wien, 2012

Studienkennzahl: 298

Studienrichtung: Psychologie

Betreuer: emer. O.Univ.-Prof. Dr. Brigitte Rollett

Danksagung

Ich danke allen, die daran beteiligt waren, die Motivation für mein Psychologie Studium zu begründen, zu erhalten und mich in herausfordernden Endphasen tatkräftig und liebevoll zu unterstützen.

Mein Dank geht auch in besonderer Weise an Univ. Prof. em. Brigitte Rollett, die bereit war, ein Projekt zu unterstützen, das mir am Herzen lag und durch deren Erfahrung und Wissen ich über diese Arbeit hinaus bereichert wurde.

Für Mira und Ella

INHALTSVERZEICHNIS

| | |
|---|----|
| EINLEITUNG | 11 |
| THEORETISCHER HINTERGRUND | 13 |
| 1. GESCHICHTE DER IMAGOTHERAPIE | 13 |
| 2. KONZEPTUELLER HINTERGRUND DER IMAGOTHERAPIE | 15 |
| 2.1 Theorie der Relationalität | 15 |
| 2.2 Prozess der Selbstheilung | 18 |
| 2.3 Phänomen der Partnerwahl | 19 |
| 2.4 Ziel der Imagotherapie | 19 |
| 2.5 Begriffsklärung | 20 |
| 2.6 Der Imago-Begriff | 22 |
| 2.6.1 Animus und Anima bei C.G.Jung | 23 |
| 2.6.2 Die Funktion von Animus und Anima bei J. Willi | 26 |
| 3. PAARTHERAPIEN IM ÜBERBLICK | 28 |
| 3.1 Psychoanalytische Paartherapie..... | 28 |
| 3.2 Klientenzentrierte Psychotherapie bei der Behandlung von Paarproblemen | 31 |
| 3.2.1 Echtheit oder Kongruenz..... | 32 |
| 3.2.2 Anteilnahme oder bedingungslose positive Zuwendung..... | 33 |
| 3.2.3 Genaues empathisches Verstehen | 33 |
| 3.3 Systemische Paartherapie | 35 |
| 3.4 Behaviorale Ansätze in der Paartherapie..... | 38 |
| 3.4.1 Operante Methoden | 39 |
| 3.4.2 Kompetenzsteigernde Methoden | 39 |
| 3.4.3 Kognitive Methoden | 41 |
| 3.5 Emotions-Fokussierte Paartherapie..... | 42 |
| 3.6 Freiburger Streßpräventionsprogramm für Paare (FSPT) | 43 |
| 4. IMAGO-PAARTHERAPIE | 46 |
| 4.1 Die unbewusste Partnerschaft | 46 |

| | | |
|-----------|---|-----------|
| 4.1.1 | Attraktion | 46 |
| 4.1.2 | Kindheitswunden | 47 |
| 4.1.3 | „Imago“ | 49 |
| 4.1.3.1 | Unterschied zwischen dem Imago-Begriff bei C.G. Jung und H. Hendrix | 50 |
| 4.1.4 | Romantische Liebe | 51 |
| 4.1.5 | Machtkampf..... | 53 |
| 4.2 | Die bewusste Partnerschaft | 56 |
| 4.2.1 | Therapeutisches Abkommen..... | 57 |
| 4.2.2 | Förderung angenehmer Interaktionen zwischen den Partnern | 59 |
| 4.2.3 | Das Wissen über sich selbst und den Partner vergrößern..... | 61 |
| 5. | PSYCHOTHERAPIE-AUSBILDUNG IN ÖSTERREICH | 63 |
| 5.1 | Zeitlicher und finanzieller Aufwand..... | 63 |
| 5.2 | Anerkannte Psychotherapie-Methoden | 64 |
| 6. | IMAGOTHERAPIE-AUSBILDUNG ÖSTERREICH | 65 |
| 6.1 | Rahmenbedingungen | 65 |
| 6.2 | Inhalt der Imagotherapie-Ausbildung | 66 |
| 7. | THEORIE DER PAARBEZIEHUNG | 70 |
| 7.1 | Paarentwicklung..... | 70 |
| 7.1.1 | Voraussetzungen | 70 |
| 7.1.2 | Phasen der Kontaktaufnahme..... | 70 |
| 7.1.3 | Phasen einer normativen Paarentwicklung..... | 73 |
| 7.1.4 | Paarbeziehungstypen | 74 |
| 7.1.5 | Balance Theorie | 75 |
| 7.1.6 | Kommunikationsmuster unglücklicher Paare | 76 |
| 7.2 | Erfolgsbedingungen von Partnerschaften | 77 |
| 8. | FORSCHUNG ZUR PAARTHERAPIE | 80 |
| 8.1 | Wirksamkeitsforschung | 80 |
| 8.1.1 | Effektstärke | 82 |
| 8.1.2 | Effizienzstudien | 83 |
| 8.1.3 | Effektivitätsstudien | 84 |
| 8.2 | Effektivität einzelner Paartherapie-Programme anerkannter Psychotherapierichtungen | 85 |
| 9. | EMPIRISCHE STUDIEN ZUR IMAGOTHERAPIE | 87 |

| | |
|--|------------|
| 9.1 Eine Studie zur Kurzzeit-Imagotherapie und ihren Auswirkungen auf das individuelle Stressempfinden und das Stressempfinden in der Partnerschaft..... | 88 |
| 9.1.1 Methodik..... | 88 |
| 9.1.2 Ablauf | 89 |
| 9.1.3 Messinstrumente, die Persönlichkeit betreffend | 89 |
| 9.1.4 Beziehungsstatus und Kennzeichen der Anpassung | 90 |
| 9.1.5 Ergebnisse | 91 |
| 10. ZUSAMMENFASSUNG UND AUSBLICK | 92 |
| EMPIRISCHER TEIL | 93 |
| 11. ZIELSETZUNG | 93 |
| 12. METHODIK..... | 94 |
| 12.1 Untersuchungsplan | 94 |
| 12.2 Untersuchungsstichproben | 94 |
| 12.3 Messinstrumente..... | 95 |
| 12.3.1 Fragebogen zur Partnerschaft | 96 |
| 12.3.2 Fragebogen zur Imago-Paartherapie | 97 |
| 12.3.3 Fragebogen zur Persönlichkeit | 98 |
| 12.3.4 Soziodemographischer Fragebogen | 99 |
| 12.4 Durchführung der Untersuchung..... | 100 |
| 12.5 Fragestellungen und Hypothesen | 101 |
| 12.5.1 Fragestellungen | 101 |
| 12.5.1.1 Die drei Dimensionen der Partnerschaftsqualität..... | 101 |
| 12.5.1.2 Imago Skills..... | 103 |
| 12.5.2 Hypothesen zu den drei Dimensionen der Partnerschaftsqualität .. | 103 |
| 12.5.3 Hypothesen zu den Imago Skills..... | 104 |
| 13. ERGEBNISSE | 106 |
| 13.1 Grundlegendes zur Auswertung..... | 106 |
| 13.2 Effekte bei Korrelationen..... | 106 |
| 13.3 Stichprobenbeschreibung Untersuchung 2..... | 106 |
| 13.3.1 Geschlecht | 106 |
| 13.3.2 Alter | 106 |
| 13.3.3 Höchste abgeschlossene Schulbildung | 107 |

| | | |
|-----------|---|-----|
| 13.3.4 | Berufstätigkeit | 107 |
| 13.3.5 | Familienstand | 108 |
| 13.3.6 | Dauer der Ehe oder des Zusammenlebens | 108 |
| 13.3.7 | Gesamtzahl der Kinder | 109 |
| 13.3.8 | Imago-Paarworkshop | 109 |
| 13.3.9 | Persönliche Einschränkung der gesamten Lebensführung durch Partnerschaft..... | 109 |
| 13.4 | Ergebnisse Untersuchung 1: Untersuchung der Definition der Begriffe Imago und Imagotherapie durch Imagotherapeuten | 110 |
| 13.4.1 | Qualitative Auswertung der Befragung zum Imago-Begriff | 110 |
| 13.4.1.1 | Seelenbild | 110 |
| 13.4.1.2 | Projektion | 112 |
| 13.4.1.3 | Partnerwahl..... | 112 |
| 13.4.1.4 | Innerpsychische Verfassung | 114 |
| 13.4.1.5 | Komplexität | 115 |
| 13.4.1.6 | Wunschpartner..... | 116 |
| 13.4.1.7 | Inkongruenz | 116 |
| 13.4.1.8 | Gegengeschlechtliche Vorzeichen..... | 117 |
| 13.4.1.9 | Wahre Natur..... | 118 |
| 13.4.1.10 | Bewusst-Machen | 119 |
| 13.4.1.11 | Emotionen | 120 |
| 13.4.1.12 | Tiefe Liebe | 121 |
| 13.4.1.13 | Richtige Distanz | 122 |
| 13.4.1.14 | Persönlichkeitserweiterung | 123 |
| 13.4.2 | Unterschied zwischen der Gruppe mit Begründungen und jener ohne Begründungen | 123 |
| 13.5 | Ergebnisse Untersuchung 2: Untersuchung der Veränderungen von Paarbeziehungen im Rahmen einer imagotherapeutischen Intervention | 126 |
| 13.5.1 | Unterschiede in den drei Dimensionen der Partnerschaftsqualität am Beginn und am Ende der Imago-Paartherapie | 126 |
| 13.5.2 | Unterschiede zwischen Männern und Frauen in Bezug auf Partnerschaftsqualitäten vor und nach der Therapie | 127 |

| | |
|--|------------|
| 13.5.3 Zusammenhänge zwischen den drei Dimensionen der Partnerschaftsqualität und soziodemographischen Fragestellungen | 128 |
| 13.5.4 Zusammenhang zwischen Partnerschaftsqualitäten und Persönlichkeitsmerkmalen | 130 |
| 13.5.5 Unterschiede in Bezug auf die Imago-Skills vor und nach der Therapie und Unterschied zwischen Frauen und Männern .. | 131 |
| 13.5.6 Zusammenhänge zwischen Imago-Skills und demographischen Variablen | 132 |
| 13.5.7 Zusammenhänge zwischen Imago-Skills und Partnerschaftsqualitäten | 134 |
| 13.5.8 Zusammenhänge zwischen Imago Skills und dem Ausmaß der persönlichen Einschränkung | 135 |
| 13.5.9 Zusammenhang zwischen dem Gesamtwert der Partnerschaftsqualität und dem Ausmaß der persönlichen Einschränkung..... | 135 |
| 14. DISKUSSION | 137 |
| 14.1 Untersuchung 1 | 137 |
| 14.2 Untersuchung 2..... | 138 |
| 15. KRITIK..... | 140 |
| 16. ZUSAMMENFASSUNG..... | 141 |
| | |
| ANHANG | 145 |
| 17. LITERATURVERZEICHNIS | 145 |
| 18. TABELLENVERZEICHNIS..... | 151 |
| 19. ABBILDUNGSVERZEICHNIS..... | 153 |
| 20. UNTERSUCHUNG 1: KOMMENTARE DER IMAGOTHERAPEUTEN ... | 154 |
| 21. FRAGEBOGEN | 160 |
| 22. LEBENS LAUF..... | 179 |

**„Im tiefsten Sinne träumen wir nicht aus uns,
sondern aus dem, was zwischen uns und
dem anderen liegt.“**

(C.G. Jung)

EINLEITUNG

An der Entwicklung von Paarbeziehungen und der Wirkung paartherapeutischer Interventionen besteht ein wissenschaftliches Interesse, das nicht zuletzt dadurch motiviert ist, dass die Qualität einer Paarbeziehung Einfluss auf das physische und emotionale Wohlbefinden der Partner und ihrer Kinder hat.

Paartherapie, so konnte durch vorangegangene Untersuchungen gezeigt werden, kann sich auf die Entwicklung einer Beziehung positiv auswirken. Der Trend der letzten Jahre, Paartherapie auch in Anspruch zu nehmen, ist ebenso eine Tatsache wie es auch die aktuellen Zahlen sind, dass eheliche Verbindungen in Österreich im Durchschnitt nach 10,5 Jahren (Statistik Austria, Berichtsjahr 2010) wieder aufgelöst werden.

Die vorliegende Arbeit beschäftigt sich mit einer speziellen Paartherapieform, der Imago-Paartherapie, und gliedert sich in zwei Teile. Im theoretischen Teil werden die Geschichte und Aspekte des konzeptuellen Hintergrundes von Imagotherapie dargestellt sowie das Ziel dieser Therapieform erläutert. Weiters geht es darum, Imagotherapie vor dem Hintergrund der übrigen, in Österreich gesetzlich anerkannten Paartherapieformen im Detail darzustellen und die Psychotherapieausbildung ebenso zu beschreiben wie die Ausbildung zum/zur Imagotherapeuten/-therapeutin. In einem nächsten Schritt geht es darum, die Theorie der Paarbeziehung allgemein darzustellen sowie der Frage nach zu gehen, worin Erfolgsbedingungen für eine Paarbeziehung gesehen werden können. Das Thema Forschung in der Psychotherapie im allgemeinen und in der Imagotherapie im speziellen wird des weiteren behandelt und eine Studie zur Wirksamkeit von Kurzzeit-Imagotherapie stellt die Überleitung zum darauf folgenden empirischen Teil der Arbeit dar.

Der empirische Teil umfasst zwei Untersuchungen. Die Stichprobe des ersten Teils setzt sich aus österreichischen Imagotherapeuten und Imagotherapeutinnen zusammen, wobei der Frage nachgegangen wird, was die Experten und Expertinnen

dieser Paartherapie-Richtung unter Imago verstehen, wie weit ihnen das Imago-Konzept von C.G. Jung bekannt ist und sie mit diesem übereinstimmen.

Als Stichprobe für den zweiten Teil der Untersuchung wurden Paare gewählt, die Imagotherapie in Anspruch genommen haben. Von Interesse war die Frage, wie die unterschiedlichen Dimensionen der Partnerschaftsqualität und die Imago-Skills durch Imagotherapie verändert werden können. Neben der Bedeutung des Geschlechts, des Alters und anderen demographischen Variablen sowie der persönlichen Einschränkung wurden auch Einflussgrößen wie Neurotizismus, Extraversion und Verträglichkeit untersucht. Die Ergebnisse werden am Ende im Lichte bisheriger Studien und Befunde hinterfragt, interpretiert und zusammengefasst.

THEORETISCHER HINTERGRUND

1. GESCHICHTE DER IMAGOTHERAPIE

Die Imago-Paartherapie wurde in den 1980er Jahren von Dr. Harville Hendrix und seiner Frau Dr. Helen LaKelly Hunt in den USA entwickelt. Sie stellt einen eklektischen Ansatz der Beziehungstherapie dar, der sich aus der Synthese bereits bestehender psychologischen Theorien und einem integrativen Ansatz der Arbeit mit Paaren entwickelt hat. Hendrix, Klinischer Seelsorger, der an der Universität Chicago das Studium der Theologie und Psychologie abgeschlossen hat, erklärt die Entstehung der Theorie folgendermaßen (2008):

“To fill in the gaps, I worked with hundreds of couples in private practice and thousands more in workshops and seminars. Out of my research and clinical observations, I gradually developed a theory of marital therapy called Imago Relationship Therapy. My approach was eclectic. I brought together depth psychology, the behavioural sciences, the western spiritual traditions, and added some elements of Transactional Analyses, Gestalt psychology, systems theory, and cognitive therapy. In my view, each of these schools of thought made a unique and important contribution to the understanding of psychology of the individual, but it was only when they were all brought together in new syntheses that they illuminated the mystery of love relationships.” (S. XLIV)

Hendrix begann seine Tätigkeit 1965 als Therapeut und Lehrer am Pastoral Counseling Center of Greater Chicago. In Folge seiner Scheidung von seiner ersten Frau im Jahr 1975 begann er sich vermehrt für die Erforschung des Verhaltens und Erlebens von Paaren zu interessieren. Seit 1977 bietet Hendrix Paartherapie und Paarworkshops an, er unterrichtet klinische Fachkräfte Imagotherapie, hält Vorträge zum Thema Ehe und schreibt mit seiner Frau, Helen Hunt, zusammen Bücher, von denen drei zu Bestsellern wurden: *Getting the Love You Want: A Guide for Couples*, *Keeping the Love You Find: A Personal Guide* und *Giving the Love that Heals: A Guide for Parents*.

Hunt, seit 1982 mit Hendrix verheiratet, hat unter anderem am Union Theological Seminary in New York City studiert und im Jahr 2004 ihre Doktorarbeit

fertiggestellt, in der sie der Frage nachgegangen ist, wie Theologie oder eine spirituelle Sichtweise die Frauenbewegung beeinflusst und gefördert hat. Diese Arbeit wurde in Folge Basis für ihr Buch *Faith and Feminism: A Holy Alliance*. Hunt ist in den USA bekannt für ihre Engagement in der Frauenbewegung.

1984 gründeten Hendrix und Hunt das Institut für Imago-Paartherapie, heute Imago Relationships International in New York City. In diesem non-profit Institut wurden bereits über 2000 Therapeuten ausgebildet, die in 30 Ländern tätig sind, sowie 200 Workshop Leiter.

Die Imago Gesellschaft Österreich besteht seit 1999 als Vereinigung der Imago-therapeuten und Imagotherapeutinnen in Österreich. Alle ca. 80 Mitglieder sind entweder Psychologen und Psychologinnen oder Psychotherapeuten und Psychotherapeutinnen, mit einer spezialisierten Ausbildung in Imago-Paartherapie.

Ziel der Imago Gesellschaft Österreich ist (in Hendrix 2009):

- „1. Die Verbreitung der Inhalte und Methoden der Imago-Beziehungsarbeit, der Imago-Paartherapie und der Imago-Konfliktlösung.
2. Die Information über die Imago-Beziehungsarbeit bei einzelnen Personen, Paaren und Familien, um ihre Konfliktfähigkeit zu stärken und ihre Fähigkeit zu erweitern, stabilere und zufriedenere Beziehungen zu führen und damit Trennungen und Scheidungen zu verhindern.
3. Die Information zur Ausbildung in Imago-Paartherapie.“ (S.317)

2. KONZEPTUELLER HINTERGRUND DER IMAGOTHERAPIE

2.1 THEORIE DER RELATIONALITÄT

Diese Form der Ehe- und Paartherapie ist nicht in erster Linie um das psychische Heil des Einzelnen bemüht, sondern stellt die Neugestaltung und Heilung der Beziehung allem voran. Imagothérapie wird daher auch als Theorie der Relationalität bezeichnet wobei das relationale Paradigma von Luquet (2005) folgendermaßen definiert wird: "The relational paradigm, instead of focusing on either the individual or the system, focuses on the relationship as a unit of analysis" (S.2).

Als stark eklektischer Ansatz steht die Theorie der Imagothérapie auch unter dem Einfluss der Begegnungsphilosophen des 20. Jahrhunderts. Besonders Martin Buber (1878-1965) ging davon aus, dass ein Ich erst in der Begegnung und einer konkreten menschlichen Beziehung mit einem Du wird (Buber, 2001). „Am Anfang ist Beziehung“ (S.18), schreibt Buber, das heisst, ohne Mitmenschen, ohne Kommunikation, ist es nicht möglich zu sein.

Hunt (2005) beschreibt anhand von sechs Theoremen, worin sie die Grundlagen einer Beziehungstheorie sieht:

1. die erkenntnistheoretische Unterscheidung zwischen getrenntem und verbundenem Wissen (connected knowing) gilt als Basis für die Theorie der Relationalität
2. extremes getrenntes Wissen kann zu Dissoziation (Abspaltung, Trennung) führen
3. Dissoziation kann durch Assoziation (Verbindung) geheilt werden
4. Verbindung mit dem Selbst und anderen führt zu Ganzheit und dadurch zu Integrität
5. Verbindung ist eine Grundlage für die Veränderung vom individuellen hin zum relationalen Paradigma

6. Die Wahrheit auszusprechen kann ein wirksamer Katalysator sein im relationalen Paradigma

In ihren Erläuterungen zum getrennten und verbundenen Wissen bezieht sich Hunt auf Belenky (1989), die das Konzept des prozeduralen Wissens eingeführt hat. Hunt gibt an, dass diese Form des Wissens zweierlei umfasse: "The first is separate knowing, a distanced and impartial stance toward that which is to be known (...). The second (...) is connected knowing, an attempt to enter into the space of the thing to be known and to identify with it." (S.37).

Belenky schreibt in ihrem Buch *Das andere Denken*, dass besonders Frauen in einer Art denken, die durch die Institutionen, in denen sie aufgewachsen sind, zum Schweigen gebracht wurde. Die Untersuchung, die diesem Buch zugrunde liegt, hatte das Ziel, Frauen und ihre Probleme als Lernende und als Denkende zu erforschen sowie auch die Selbstkonzepte, die ihre Geschichte prägen und ihre Beziehungen zu anderen zu betrachten.

In einem Entwicklungsprozess, so konnten die Autoren durch Interviews mit 135 Frauen herausfinden, kann es durch die Erfahrungen in Schulen, im Beruf und in der Familie, zu einem Wandel von einer stark rezeptiven, passiven Haltung hin zum Handeln kommen und zur Ausbildung eines subjektiven Wissens, das auf Autonomie und Unabhängigkeit ausgerichtet ist und von der Erfahrung des inneren, intuitiven Wissens geprägt ist.

Prozedurales Denken geht jedoch darüber hinaus und kann durch entsprechende Erfahrungen in einem nächsten Entwicklungsschritt ausgebildet werden: „Jetzt behaupten sie (die befragten Frauen, A.d.V.), dass Intuitionen täuschen können, dass Instinktreaktionen verantwortungslos sein können, (...), dass manche Wahrheiten wahrer als andere sind, dass sie Dinge wissen können, die sie nie gesehen oder berührt haben“ (S.112). Die befragten Frauen sind nun an einer bewussten, absichtsvollen, systematischen Analyse interessiert, denn „Die Welt, die das prozedurale Denken sichtbar werden lässt, ist komplexer als die Welt, die durch rezeptives oder subjektives Denken sichtbar wird“ (S.114).

In einem weiteren Prozess der Reifung kann es noch möglich werden, zu einer Orientierung zu gelangen, die auf Verstehen und Wahrheit ausgerichtet ist, wobei, so Belenky, nicht die Autonomie und Unabhängigkeit des Urteils im Vordergrund steht, sondern die „Verbindung der Denkenden“ (connected knowing). Darauf nimmt auch Hunt Bezug wenn sie schreibt: „...connected knowing requires an investment of the self, which does not automatically accept the other but instead engages in self-reflection“ (S.38).

Diese Verbindung ist es letztlich auch, die durch Imagotherapie und dabei speziell durch das Praktizieren des Imago Dialoges (siehe 2.5) gefördert und erreicht werden soll.

Weiters bezieht sich Hunt auf Carol Gilligan (1982), die sich dafür interessiert, wie sich die Sicht der Frau auf die Erweiterung des Begriffs von menschlicher Entwicklung und das Lösen ernster moralischer Dilemmata auswirkt. Belenky (1989) in Bezug auf Gilligan:

„Diejenigen, die im Kontext einer Moral von Verantwortung und Fürsorge operieren- vor allem Frauen- weisen die Strategie der Blindheit und Unparteilichkeit zurück. Stattdessen argumentieren sie, dass man den Kontext verstehen müsse, um eine moralische Wahl treffen zu können...Sie glauben, dass Gespräch und Meinungs Austausch es jedem Einzelnen gestatten, zu seinen eigenen Bedingungen verstanden zu werden“ (S.19 u. 20).

Hunt verweist im besonderen auf die Bedeutung von Gilligan's Erläuterungen zur emotionalen Unverbundenheit. Psychischer Stress wird dabei als ein Zeichen dafür betrachtet, dass keine „innere Verbundenheit“ mehr besteht. Diese Sichtweise deckt sich auch mit den Ansichten über das „verlorene Selbst“ innerhalb der Imago-Theorie. Anteile des Selbst gehen durch negative (früh)kindliche Erfahrungen verloren und stehen nicht mehr unterstützend zur Verfügung. Hunt (2005): „Tragically, when people run from their own truth, they end up not knowing what they know“ (S.39).

Hunt sieht das Problem der Unverbundenheit auch in kulturellen Annahmen darüber widergespiegelt, wie Beziehungen idealerweise gestaltet sein müssen:

“..society applauds the development of individuation and self-reliance, which undermines our sense of ontological connectivity and interdependency” (S.39). Verbindung zwischen Partnern einer Liebesbeziehung ist jedoch ein wesentliches Ziel der Imago-Paartherapie und kann, so Hunt, durch den Prozess des Dialogs hergestellt werden. Besonderes Augenmerk liegt dabei auf der Rolle des Hörenden, denn, so Hunt, “listening is the meaning-making of speaking“ (S.40). Die Fähigkeit zur Empathie, ein weiteres grundlegendes Konzept der Theorie der Relationalität, ist dafür eine Voraussetzung. Hunt weist jedoch darauf hin, dass ohne eine starke Fähigkeit zur Selbst-Empathie auch keine Empathie für eine andere Person aufgebaut werden kann: “One must learn to grow in relationship with others while staying attuned to one’s self (...) With de-selfing, there can be no association between two distinct selves” (S.41).

2.2 PROZESS DER SELBSTHEILUNG

Eine wesentliche Grundannahme der Imagotherapie ist, dass sich die Natur in einem Prozess der Selbstheilung befindet und wie Mason (2005) es ausdrückt “our work with relationships is intrinsic and assistive to that process” (S. x). Hendrix selbst (1992) beschreibt diesen Prozeß der Heilung folgendermaßen:

“We cannot recapture joyfulness through our cerebral cortex smart as it is: the old brain is not altered by the cognitive process. It is only altered by concrete experience. We must restore the split off and denied parts of ourselves that we lost in childhood, and heal the numbness and pain and perceived threats to survival that dampen our feelings of aliveness and filter out our awareness of our connection to others and the cosmos. The most effective way I know is through our love relationships.” (S. 46)

Heilung ermöglicht es auch erst, die Kindheit, wie Hendrix es nennt, „abzuschließen“ was Imagotherapie als Auswirkung einer verbindlichen Liebesbeziehung ansieht. Eine eheliche oder in anderer Form verbindliche Partnerschaft bietet die Gelegenheit, Verletzungen die in der Kindheit entstanden sind, wieder ans Licht zu bringen, wodurch häufig Konflikte zwischen den Partnern entstehen.

2.3 PHÄNOMEN DER PARTNERWAHL

Die Konflikte in Partnerschaften, so Hendrix, sind deshalb so tiefgreifend und weit verbreitet, weil unbewusst ein Partner gewählt wird, der eine Kombination positiver und negativer Charaktereigenschaften der Betreuungspersonen der Kindheit repräsentiert. Und gerade diese oft problematischen Interaktionen zwischen den Partnern sind es, auf die der Fokus im Rahmen der Imagotherapie gelegt wird und in denen das Potential für Wachstum und letztlich Heilung gesehen wird.

Luquet (2005) beschreibt es mit den Worten „For those who subscribe to the relational paradigm, (...), relationship is the vehicle for growth“. Dazu müssen Paare verstehen lernen, wodurch Verletzungen passieren und wie Heilung durch das Erlernen neuer Verhaltensweisen möglich wird.

Luquet (2005):

“...couples learn that each of us carries within our psyche an unconscious image of our early caretakers. This image, referred to as the imago, is the model that guides romantic attraction. We are drawn to a partner who matches this image, who is a facsimile of our early caretakers, so that we can re-create the childhood scenarios in which we were wounded and, in the context of adulthood romantic love, effect our healing. Healing occurs as we receive from our partner what our parents did not sufficiently provide to us as children. And as we give to our partner what he or she lacked during childhood, we receive the opportunity to mature, to grow characterologically, in the ways we most need to.” (S.6)

2.4 ZIEL DER IMAGOTHERAPIE

Im Rahmen der Imagotherapie, so Hendrix (1992), wird den Paaren gelehrt, wie es möglich ist, in einen dialogischen Prozeß miteinander einzusteigen, durch den Verständnis und Empathie für den anderen entwickelt werden kann und der Fokus mehr auf das einander Verbindende als auf das Problem-Lösen gelegt wird.

Das vorrangige Ziel im Rahmen der Imagotherapie beschreibt Hendrix (1988) mit folgenden Worten “to help couples recapture and maintain safety and passion in their relationship” (S.6).

Durch den von Hendrix entwickelten Paarworkshop und das Buch *Getting the Love You Want* besteht die Möglichkeit, die Konzepte und Anwendungsmöglichkeiten

der Imagotherapie kennen zu lernen. Im Workshop lernen die Teilnehmer sich selbst und ihre Beziehung aus einer neuen Perspektive zu betrachten und zu erfahren. Durch den dialogischen Prozess, der den Teilnehmern vorgestellt wird, lernen sie ein Werkzeug der Kommunikation kennen, das eine sichere Struktur bietet, mit Schwierigkeiten umzugehen (Hendrix, 1992). Luquet (2005) beschreibt es so "The structure of the dialogue creates an umbrella of safety that encourages partners to reveal who they really are and what they truly feel" (S.6).

2.5 BEGRIFFSKLÄRUNG

Getting the love you want a workshop for couples (Hendrix, 1988): Dabei handelt es sich um einen 20-Stunden Workshop, der von Dr. Harville Hendrix entwickelt wurde und in einem Gruppensetting abgehalten wird. Die Instruktoren oder zertifizierten Workshop Moderatoren informieren über die Theorie der Imagotherapie und lehren die Paare über die Prinzipien der romantischen Beziehung und die Beziehungsfertigkeiten (psychoedukative Komponente).

Die Workshop Moderatoren halten Vorträge und arbeiten mittels Demonstrationen und geführten Bildprozessen. Die Paare bekommen Zeit, um zu üben und berichten dann in der Gruppe über ihre Erfahrungen beim Verwenden der neu erlernten Fertigkeiten. Diese Fertigkeiten sind unter anderem effektive Kommunikation, reaktive Verhaltensweisen zu kontrollieren, Empathie für sich selbst und den Partner zu entwickeln, mit Frustration und Wut umgehen zu lernen und Konflikte als Chance für Wachstum und Verbindung zu nutzen und Wege, um die romantischen Aspekte der Beziehung wieder zu beleben. Zusätzlich gibt es noch Übungen, die Paaren helfen, eine Vision für ihre Beziehung zu entwickeln und Ziele zu erarbeiten, die es als Paar zu erreichen gilt.

Folgende Fertigkeiten werden im Imago Workshop für Paare gelehrt und geübt bzw. sind Inhalt der Imago-Paartherapie (Hendrix, 1996):

Dialog: der Dialog kann als formaler Kommunikationsprozess betrachtet werden, dessen Teilnehmer die Rolle der Sender und Empfänger einnehmen. In ihrem Workshop Arbeitsbuch für Paare beschreiben Hendrix und Hunt (2006) den

Kommunikationsprozess mit folgenden Worten:

„Kommunikation ist verbaler und nonverbaler Austausch von Information, Bedeutung und Gefühlen und umfaßt jede nur mögliche Art der Interaktion zwischen zwei Menschen. Wir können gut oder schlecht kommunizieren. ‚Nicht-kommunizieren‘ können wir nicht.“ (S.35)

Als effektivste Form der Kommunikation zwischen zwei Menschen in einer Liebesbeziehung wird der bewusst machende Imago Dialog gesehen (siehe auch 4.2.3), der als dreistufige Übung beschrieben wird (Hendrix 1996, Luquet 2005):

1. Spiegeln ist der Vorgang, bei dem wir den gehörten Inhalt einer Mitteilung des Senders exakt wiedergeben,
2. Gelten-Lassen ist die Rückmeldung an den Sender, dass die Mitteilung ihrem Sinn nach verstanden wurde,
3. Mitfühlen ist das innere Nachvollziehen der Gefühle des Senders.

Intentionalität: Die Workshopteilnehmer lernen bewusste Entscheidungen zu treffen, was ihr Verhalten und ihre Reaktionen betrifft.

Liebevolles Verhalten: Teilnehmer lernen bewusst, positives und liebevolles Verhalten zu definieren und zu entwickeln.

Fluchtwege schließen: Fluchtwege können als Verhaltensweisen definiert werden, die Leute zeigen, um Beziehungsprobleme zu vermeiden. Dabei kann es sich z.B. um Hobbies handeln, die eine Alternative dafür bieten, sich möglichen negativen Interaktionen zu entziehen. Imagotherapie ermutigt dazu, solche Fluchtwege zu verschließen und sich Konflikten zu stellen.

Re-imagining: dabei geht es um die Entwicklung eines mentalen Konzeptes oder Bildes davon, wie man sich selbst, den Partner und die Beziehung wahrnimmt. Imagotherapie ermutigt, einen Konflikt zu reimaginieren um das persönliche Thema und die Wunden, die in der Kindheit entstanden sind, heraus zu arbeiten.

Bitte um Verhaltensänderung: Dies ist eine spezifische Technik, die den Paaren im Workshop beigebracht wird, um effektiv Konflikte und Frustrationen in der Partnerschaft durchzuarbeiten. Die Partner identifizieren die frustrierenden

Erfahrungen und reflektieren über ihre eigenen Reaktionen und Verhaltensweisen, die sie verwenden, um mit diesen umzugehen. Dieser Prozess beinhaltet auch die Anwendung des Dialogs, wie er zuvor beschrieben wurde und das in Verbindung-Bringen des Ereignisses mit vergangenen Erfahrungen. Ängste und Wünsche ausdrücken zu lernen ermöglicht es, negative Verhaltensweisen zu ersetzen.

Umgang mit Wut und Ärger: die Teilnehmer bekommen Informationen, wie sie Wut und Frustrationen durch die Anwendung des Dialoges ausdrücken können. Die sogenannte „Container-Übung“ hilft den Paaren bei der Erarbeitung von Themen intensiver Wut. Ärger, Zorn und Aggression werden nur „nach Verabredung“ in einem sicheren Rahmen bearbeitet. Dadurch können die Gefühle für Wachstum und Veränderung genutzt werden.

High energy fun: Dies bezieht sich auf jegliche physische Aktivität wodurch Endorphine frei werden und Spaß erlebt wird.

Ausdehnen: dabei wird ein Verhalten gewählt, das nicht typisch für diese Person ist. Zum Beispiel sich einer Frustration zu stellen, wenn man sich gewöhnlicherweise dieser entziehen würde.

2.6 DER IMAGO-BEGRIFF

Imago ist ein Begriff aus der Analytischen Psychologie und wurde erstmals von deren Begründer Carl Gustav Jung (1875-1961) verwendet.

Jung (1995) erläutert den Begriff Imago selbst in einer Vorlesung, die er im September 1912 an der Fordham University in New York gehalten hat:

„Unter diesen Dingen, die für die Infanzzeit von größter Bedeutung waren, spielen die Eltern die einflussreichste Rolle. Auch wenn die Eltern schon längst tot sind und alle Bedeutung verloren haben könnten und sollten, indem sich die Lebenslage der Kranken seither vielleicht total verändert hat, so sind sie dem Patienten doch noch irgendwie gegenwärtig und bedeutsam, wie wenn sie noch am Leben wären. Die Liebe und Verehrung, der Widerstand, die Abneigung, der Haß und die Auflehnung der Kranken kleben noch an ihren durch Gunst oder Missgunst entstellten Abbildern, die öfters mit der einmaligen Wirklichkeit nicht mehr viel Ähnlichkeit haben. Diese Tatsache hat mich dazu gedrängt, nicht mehr von Vater und Mutter direkt zu sprechen, sondern dafür den Terminus „Imago“ von Vater und Mutter zu gebrauchen, indem es

sich in solchen Fällen nicht mehr eigentlich um Vater und Mutter handelt, sondern bloß um deren subjektive und öfters gänzlich entstellte Imagines, die im Geiste des Kranken ein zwar schemenhaftes, aber einflussreiches Dasein führen.“ (S.159f)

2.6.1 Animus und Anima bei C.G.Jung

Kriz (2007) definiert den Jung'schen Individuationsbegriff als inneren Prozess der Menschwerdung vor dem Hintergrund einer gesamtkosmischen Evolution. In einfacheren Worten handle es sich um das „lebenslange Bemühen, zum eigenen Selbst zu finden“ (S.61). Das Ziel der Psychotherapie nach Jung liegt auch nicht in symptombezogener Heilung, sondern, so Kriz, in Wachstum bzw. darin, einige Schritte der Selbstverwirklichung zu gehen.

Jacobi (1940) beschreibt in ihrer Einführung in das Gesamtwerk von C.G.Jung die Etappen des Individuationsprozesses. Zwei davon sind:

1. *Erfahrung des Schattens*: In der ersten Etappe, die ungefähr der ersten Lebenshälfte entspricht, geht es um die Erfahrung des Schattens, des gleichgeschlechtlichen sogenannten „dunklen Bruders“, der unzertrennlich zu uns gehört. Denn: „die lebendige Gestalt bedarf tiefer Schatten, um plastisch zu erscheinen. Ohne Schatten bleibt sie ein flächenhaftes Trugbild“ (S.187). Der Schatten kann als das Gegenüber des bewussten Ich betrachtet werden, das uns dabei im Weg steht, zu den schöpferischen Tiefen unseres Unbewussten zu gelangen. Erst wenn der Schatten als Teil des eigenen Wesens anerkannt ist, kann die Auseinandersetzung mit den übrigen Gegensatzpaaren der Psyche gelingen.
2. *Begegnung mit der Gestalt des Seelenbildes*: In der zweiten Etappe geht es um die Begegnung mit Animus und Anima. In ihnen wurden von Jung die komplementär-gegengeschlechtlichen Anteile der Psyche gesehen, wobei der Mensch sowohl als Einzelwesen als auch als Artwesen ein Bild vom anderen Geschlecht in sich trägt.

Das im Unterbewussten befindliche Bild der Anima, so Kriz (2007), verkörpert alles Weibliche, Erdhafte, Gefühlvolle und Schöpferische und stellt sich im Traum als Frau dar. Das Bild vom Animus verkörpert alles Männliche, Logische,

Sprachlich-Rationale und erscheint im Traum als Mann.

Alles jedoch, was sich im Unbewussten befindet (Latentes, Ungelebtes, Undifferenziertes) wird projiziert. Demnach wird auch der eigene andersgeschlechtliche Urgrund am anderen erlebt werden. „Man wählt einen anderen, man bindet sich an einen anderen, der die Eigenschaften der eigenen Seele darstellt“ (Jacobi, S.195). Wie bei allen unbewussten Inhalten muss auch hier zwischen einer äußeren und einer inneren Erscheinungsform unterschieden werden. Der inneren kann man unter anderem in Träumen, Fantasien und Visionen begegnen. Die Begegnung mit der äußeren Erscheinungsform beschreibt Jacobi folgendermaßen:

“Der äußeren (begegnen wir, A.d.V.) jedoch, wenn ein Mensch des anderen Geschlechts aus unserer Umwelt zum Projektionsträger nur eines Stückes unserer unbewußten Psyche oder unseres ganzen unbewußten Seelenanteils wird und wir nur nicht merken, dass es gleichsam unser eigenes Innere ist, das uns derart von außen entgegentritt.“ (S.196)

Die Beschaffenheit des Seelenbildes kann als natürlicher Gradmesser der innerpsychischen Verfassung gesehen werden und muss auf dem Weg der Selbsterkenntnis daher besonders beachtet werden. Man kann davon ausgehen, dass es unzählige Erscheinungsformen des Seelenbildes gibt, wobei die erste Trägerin des Seelenbildes meist die Mutter ist. Daher ist die Ablösung von der Mutter, so Jacobi „eines der wichtigsten und heikelsten Probleme der Persönlichkeitswerdung“. Die Verdrängung weiblicher bzw. männlicher Züge und Neigungen hat natürlich eine Anhäufung dieser Ansprüche im Unbewussten zur Folge. Die Imago der Frau beziehungsweise des Mannes wird daher selbstverständlich zum „Rezeptakulum dieser Ansprüche“ (Jacobi, S.199) werden. Man ist daher bemüht, einen Mann/eine Frau zu gewinnen, der/die der eigenen unbewussten Weiblichkeit/Männlichkeit am besten entspricht und die Projektionen der eigenen Seele möglichst anstandslos annehmen kann. Ein Archetypus, so Jacobi, wie Animus und Anima es sind, wird sich niemals mit dem tatsächlichen Sosein eines individuellen Menschen decken; vielmehr kann man davon ausgehen, je individueller ein Mensch ist desto inkongruenter werden der Träger und das auf ihn projizierte Bild sein.

Für Jung, so Jacobi, entsprechen Animus und Anima habituellen inneren Einstellungen während die sogenannte Persona der habituellen äußeren Einstellung eines Menschen entspricht. Das Seelenbild hat eine vermittelnde Funktion zwischen Ich und Innenwelt, die Persona zwischen Ich und Außenwelt.

„Persona und Seelenbild stehen in einer kompensatorischen Beziehung zueinander, indem das Seelenbild umso archaischer, undifferenzierter, gewaltiger ist und wirkt, je fester die Maske, die Persona, den Menschen von seinem natürlichen Instinktleben abschließt. (...) Solange die verschiedenen Aspekte und Züge der unbewußten Psyche noch nicht von einander unterschieden, herausdifferenziert und an das Bewußtsein angeschlossen sind (z.B. solange man seinen Schatten nicht kennt), hat das gesamte Unbewußte des Mannes weibliches und das der Frau männliches Vorzeichen.“ (S.203)

Verfallen ist man einem Mann oder einer Frau nur solange, als man seine/ihre wahre Natur nicht durchschaut hat. Die aber, so Jacobi, kann man nur in sich selber durchschauen, weil ein Partner zumeist so gewählt wird, dass er/sie für den eigenen unbekanntem und unbewußten psychischen Persönlichkeitsanteil steht. Erst wenn dieser bewusst gemacht ist, würde man die eigenen Fehler nicht mehr auf den weiblichen bzw. männlichen Partner schieben und die Projektionen aufheben. Psychische Energie, die bis dahin in Projektionen gebunden war, kann dann wieder zurückgenommen und dem eigenen Ich zur Verfügung gestellt werden. Wenn das Gegengeschlechtliche in der eigenen Seele durchschaut und bewusst gemacht sei, dann, so Jacobi, „hat man sich und seine Emotionen und Affekte weitgehend in der eigene Hand“ (S.208). Ausserdem ermögliche dies wirkliche Unabhängigkeit, jedoch auch gleichzeitig Einsamkeit des, wie Jacobi ihn nennt, „innerlich freien“ Menschen, „den keine Liebesbeziehung oder Partnerschaft mehr in Ketten zu schlagen vermag, für den das andere Geschlecht seine Unheimlichkeit verloren hat, weil er dessen Wesenszüge in den Tiefen der eigenen Seele kennen lernte“ (S.208).

Auch „verliebt“ kann ein solcher Mensch nicht mehr sein, da es nicht mehr passieren wird, sich an einen anderen zu verlieren. Stattdessen kann eine bewusste, rückhaltlosere Hingabe an das Du möglich werden, da die Angst nicht mehr bestehe, dadurch die Eigenart zu gefährden.

2.6.2 Die Funktion von Animus und Anima bei J. Willi

Auch Willi (2002) greift in seinem Buch Psychologie der Liebe auf die von Jung beschriebenen Archetypen Animus und Anima zurück. Nach Jung, so Willi, habe jeder im anderen Geschlecht sein archetypisches Gegenstück. Männer würden die unbewußte Weiblichkeit in ihren Projektionen auf Frauen erleben, ebenso in Mythen als Elfen, Feen, Königinnen, Göttinnen, als Madonna, Heilige oder Hexe. Die Animus/-Animafiguren in den Mythen seien jedoch ambivalent besetzt.

„Neben der liebevollen Mutter und nährenden Amme gibt es die verschlingende, fangende, festhaltende und vergiftende Hexe oder in der indischen Mythologie die menschenfressende, zerstörerische Göttin Kali. Die liebliche Jungfrau, die sanft und schön erscheint, entpuppt sich als betörender Todesengel, dem der Mann verfällt, in den Sagen erscheinen den Fischern die Nixen, welche sie in die Tiefen ziehen, dem Odysseus die Sirenen. Die femme fatale lockt den Mann, der sie erlösen will, ins Verderben.“ (Willi, S.75)

Der Animus andererseits zeige sich in den Mythen als Held, Heiliger, Weiser, Vater oder Gott und sei ebenso ambivalent besetzt. So würde es den starken König und Krieger geben, den ränkehaften Teufel, dem man die Seele verkauft, den vergewaltigenden Dämon, den geistigen Verführer und den lüsternden Faun.

Auch Willi geht davon aus, dass in der Phase des Verliebt-Seins Animus und Anima auf Personen des anderen Geschlechts projiziert werden wobei in der Phase der Enttäuschung wahrgenommen wird, dass diese Bild nicht der Realität entspricht und korrigiert werden muß. Jung, so Willi, habe die Dynamik von Animus und Anima aus der Sicht des Individuums beschrieben und zwar als Projektion und deren Zurücknahme. Willi geht jedoch noch einen Schritt weiter. Sein Kollusionsmodell (Willi, 1978) zeigt nämlich, wie die individuelle Ambivalenz von Sehnsüchten und Abwehrhaltungen mit einem partnerschaftlichem Beziehungsarrangement scheinbar aufgehoben werden kann, ein Arrangement, in dem regressive Liebesehnsüchte der Partner und ihre gleichzeitige Abwehr miteinander korrespondieren. Willi geht daher davon aus, dass Animus und Anima nicht nur projiziert sondern auch delegiert werden. Das heißt, sie werden dem Partner übertragen bzw. wird der Partner mit deren Realisierung beauftragt.

Die Erwartung an den Partner führt dazu, dass unter der Delegation von Animus und Anima der jeweils andere dazu stimuliert wird, die zugewiesene Seite vertieft zu erleben, zu erfahren und in der äußeren Realität zu verwirklichen. Mann und Frau erfahren durch die Delegation eine positiv erlebte Ergänzung, die den Mann sagen lässt, „ich kann so männlich sein, weil du so weiblich bist“ und die Frau, „ich kann so weiblich sein, weil du so männlich bist“. Aber, so Willi, „was man delegierend im anderen fördert, macht einem auch Angst, bedroht einen im anderen, macht einen von ihm abhängig“ (S.77). Die Folge sei, dass die übertragenen Anteile unter Kontrolle gehalten werden müssen und Machtunterschiede zu entstehen drohen, denen man sich ausgeliefert fühlt. Jedoch, so Willi, werden die verdrängt-delegierten Anteile umso weniger bedrohlich, je mehr sich eine Frau, ein Mann den eigenen verdrängten Animus-bzw. Animaanteilen öffnen kann.

3. PAARTHERAPIEN IM ÜBERBLICK

Unter Paartherapie, so Kreische (2000), kann die psychotherapeutische Behandlung von Patienten und Patientinnen in einem paartherapeutischen Setting verstanden werden, wobei die Betroffenen psychisch, psychosomatisch und somatopsychisch erkrankt sein können. Paartherapie unterscheidet sich dabei von Ehe- und Partnerberatung, die als Ziel die Verbesserung der Paarbeziehung hat.

Die Ursprünge der professionellen Ehe und Familientherapie, so Kreische (in Kaiser 2000), reichen in den USA und in Großbritannien bis ins 19. Jahrhundert zurück und begründen sich in der Arbeit von Sozialarbeitern und Psychiatern. Das Interesse der Psychotherapeuten an der Erforschung von Paarbeziehungen und Familien steigerte sich in den USA und Großbritannien nach dem zweiten Weltkrieg zunehmend bis dann in den 40er und 50er Jahren des letzten Jahrhunderts die Familientherapie gegründet wurde. Es entstanden familientherapeutische Arbeitsgruppen, die von systemtheoretischen und kommunikationstheoretischen Ansätzen ausgingen (Kreische, in Kaiser 2000). Die bis heute aktuellen Abgrenzungsversuche zwischen Psychoanalytikern und Systemikern hatten in dieser Zeit ihren Ursprung. Im deutschsprachigen Raum, so Wirsching & Scheib (2002), gab es erste familientherapeutische Ansätze sei den 60er Jahren, wobei damals die Behandlung von neurotischen Eltern-Kind-Beziehungen und von Paarkonflikten im Vordergrund stand.

3.1 PSYCHOANALYTISCHE PAARTHERAPIE

Als wissenschaftliche Grundlage der psychanalytischen Paar- und Familientherapie dienen die mehr als hundert jährigen Erkenntnisse der von Sigmund Freud begründeten Psychoanalyse. Bauriedl et al. (2002) beschreiben, dass für das Verstehen der Psychodynamik sowie die Therapie die Lehre von den unbewussten Konflikten, die Wahrnehmung und Reflexion der Übertragung und

Gegenübertragung in der therapeutischen Beziehung sowie die Abwehr und der Widerstand im therapeutischen Prozess eine tragende Rolle spielen. Aber auch neuere Entwicklungen in der psychoanalytischen Forschung wie die Objektbeziehungstheorie, die Beziehungsanalyse oder die Bedeutung des szenischen Verstehens fließen in Diagnostik und Therapie ein. Psychoanalytisch orientierte Therapeuten gehen in ihrer Arbeit davon aus, dass beide Partner, so die Autoren, unbewusste Konflikte aus den Herkunftsfamilien in die eigenen Partner- und Familienbeziehungen übertragen.

„In der Hoffnung, für alte Enttäuschungen entschädigt und dadurch entlastet zu werden, werden internalisierte Konflikte aus den Beziehungen in der Kindheit mit den aktuellen Bezugspersonen neu ausgetragen. Dabei führt gerade die Angst vor erneuten Enttäuschungen zur Wiederherstellung alter Beziehungsmuster, so dass sich durch den Wiederholungszwang gerade die Enttäuschungen einstellen, die man bewusst vermeiden wollte.“ (Bauriedl et al. 2002, S.81)

Kreische (2000) zeigt auf, dass auch die Einbeziehung der Objektbeziehungstheorie für die psychoanalytische Beschäftigung mit Paarbeziehungen eine wichtige Grundlage darstellt. Der von Willi (1975, siehe auch 2.6.2) aufgegriffenen Begriff der „Kollusion“ (lat.colludere: zusammenspielen) beschreibt eine Form der ehelichen Beziehung, bei der, so Kreische, „die Neurosen der beiden Partner zueinander passen wie Schlüssel und Schloss“ (S.260). Kollusionen in Paarbeziehungen, so Kreische, können als besonders stabile psychosoziale Kompromissbildungen betrachtet werden, und können in Folge jahrelangen Einübens bereits durch minimale Signale ausgelöst werden. Als „direkte Kollusionen“ werden jene bezeichnet, bei denen sich beide Partner auf einem ähnlichen Triebfixierungsniveau befinden. Willi (1975) beschreibt sie als narzisstische, depressive, zwanghafte oder hysterische Kollusionen. Das heißt, dass Konflikte aus der narzisstischen, der oralen, der analen oder ödipalen Phase der Kindheit in der Partnerbeziehung neu belebt und konflikthaft ausgetragen werden. Bei den häufig vorkommenden „Gekreuzten Kollusionen“, so Kreische, ist das Triebfixierungsniveau verschieden.

Situationen im Leben, die häufig Identitäts- oder Partnerkrisen auslösen können,

werden als Schwellensituationen bezeichnet. Dazu gehören die erste Phase des Kennenlernens und das Eingehen der Paarbeziehung, die Geburt eines oder mehrerer Kinder und die damit verbundenen Umstrukturierungen, ein bevorstehender oder gerade abgeschlossener Hausbau, Pubertät und Loslösung der eigenen Kinder aus der Familie, berufliche Veränderungen, das Gewährwerden des eigenen Alterns, schwere Krankheiten, Tod der Eltern, der Eintritt in den Ruhestand, der Tod des Partners oder eines eigenen Kindes. Hat es in der bisherigen Persönlichkeitsentwicklung keine ausgeprägten Störungen gegeben, kommt es in solchen Phasen, so Kreische, zu „Regressionen im Dienste des Ichs, durch die adaptive Umstrukturierungsprozesse und die Progression in ein neues Entwicklungsstadium (...) ermöglicht werden“ (S.261). Eine pathologische Regression tritt dann ein, wenn es in der bisherigen Entwicklung Störungen gab oder durch sehr starke äußere oder innere Irritationen ein Entwicklungsschritt nicht bewältigt werden kann. Kreische (2002):

„(...) Adaptive Umstrukturierungen sind in diesen Fällen erschwert oder unmöglich. Stattdessen entwickeln sich bei den beteiligten Partnern stereotype, dysfunktionale Erlebens- und Interaktionsmuster, die unbehandelt oft chronifizieren. Mit solchen Störungen von Krankheitswert beschäftigen wir uns in der Paartherapie.“ (S.261)

Der psychoanalytische Paartherapeut ist, so Kreische, „teilnehmender Beobachter“, der sich bemüht, Übertragungs- und Gegenübertragungsprozesse bei den Partnern und in sich selbst entstehen zu lassen. Aus einer Metaposition heraus werden diese dann diagnostiziert und in therapeutische Interventionen umgesetzt. Die Behandlung direkter Kollusionen geschieht am häufigsten durch gleichzeitige Behandlung des Paares durch einen Therapeuten oder ein Therapeutenpaar. Bei gekreuzten Kollisionen bewährt sich auch die Behandlung in zwei therapeutischen Systemen (paartherapeutisches Setting und anschließend zwei parallele psychoanalytisch orientierte Therapiegruppen).

Das Ziel der psychoanalytischen Paartherapie liegt vor allem darin, das Gespräch der Partner über zwar Bewusstes aber bisher Verschwiegenes anzuregen, worin sich ein Unterschied zum Einzelsetting zeigt, in dem in erster Linie Unbewusstes

bewusst gemacht werden soll.

Wie sehr sich unbewußte innerseelische Prozesse noch auf die Paardynamik auswirken können, zeigt auch das Konzept der projektiven Identifikation. Dabei handelt es sich um einen Abwehrmechanismus, durch den das Subjekt in seiner Fantasie sein Selbst in das Innere des Beziehungsobjektes einführt, um ihm zu schaden, es zu besitzen oder zu kontrollieren. Projektive Identifikation ist, so Kreische, entweder durch den Wunsch nach Konfliktentlastung oder den Wunsch, im Partner Vertrautes zu finden, motiviert und enthält, wie auch die Übertragung, einen „interaktionellen Anteil“. Dieser Anteil, so Kreische, manifestiert sich als „ein beobachtbares Verhalten, das im Interaktionspartner die gewünschten Reaktionen hervorzurufen vermag“ (S.265). Diesen, in Paarbeziehungen häufig ausgeprägten Anteil der Übertragung, zu diagnostizieren und zu bearbeiten, ist ein sehr wesentlicher Bestandteil der Arbeit analytischer Paartherapeuten. Durch die besondere Beachtung von Übertragung und Gegenübertragung ist für die psychoanalytische Paartherapie folgendes charakteristisch, so Bauriedl (2002):

„Dass der Therapeut sich selbst, seine bewussten und unbewussten psychischen Reaktionen und Aktionen, als Teil des therapeutischen Systems begreift. (...) In seiner spontanen wie auch in seiner therapeutischen Reaktion auf das Beziehungssystem des Paares (...) wird er automatisch von den hier vorhandenen Gefühlssituationen und Konfliktlösungsmustern ‚infiziert‘.“ (S.87)

Indiziert, so Kreische, ist Paartherapie in all jenen Fällen, in denen psychosoziale Abwehrmechanismen (in Form von Kollusionen) die Einzeltherapie behindern.

3.2 KLIENTENZENTRIERTE PSYCHOTHERAPIE BEI DER BEHANDLUNG VON PAARPROBLEMEN

Die klientenzentrierte Psychotherapie wurde in erster Linie von Carl Rogers (1902-1987) in der Zeit zwischen 1938 bis 1950 entwickelt, wobei sie in der anfänglichen Periode als „nicht-direktiv“ bezeichnet wurde. Diese Therapie entwickelte sich kontinuierlich als, wie Rogers (1973) es nennt, „Form der Beziehung mit Menschen, die heilsame Veränderungen und Wachstum fördert“. Ihre zentrale Hypothese ist, dass die Person in sich selbst ausgedehnte Ressourcen dafür hat,

sich selbst zu verstehen und ihre Lebens- und Verhaltensweisen, konstruktiv zu ändern. Diese Ressourcen können am besten in einer Beziehung mit bestimmten definierten Eigenschaften freigesetzt und verwirklicht werden.

Rogers spricht nicht mehr von dem „Patienten“, sondern führt den Begriff „Klient“ ein. Dies soll seine Abgrenzung zu einem manipulativen, medizinischen Verordnungsmodell anzeigen sowie verdeutlichen, dass die hilfeschuchende Person als selbstverantwortlicher Klient verstanden und gewertet wird, die fähig ist, so Rogers (1973), „in einem vom Therapeuten geschaffenen förderlichen Klima seine oder ihre eigenen Entdeckungen zu machen und Entscheidungen zu treffen“ (S.189).

Der Erfolg in der klientenzentrierten Psychotherapie hängt nicht in erster Linie von der Ausbildung von Techniken oder von Fachkenntnis ab, vielmehr ist die zum Ausdruck gebrachte und vom Klienten wahrgenommene Einstellung des Therapeuten wesentlich, um therapeutischen Fortschritt und konstruktive Persönlichkeitsveränderung zu erzielen. Auf der Basis von Forschungsergebnissen, meint Rogers (1973), scheinen drei Einstellungen dabei am wichtigsten zu sein:

1. die Echtheit oder Kongruenz des Therapeuten,
2. das vollständige Akzeptieren oder die bedingungslose positive Wertschätzung des Klienten durch den Therapeuten und
3. ein empfindsames und genaues empathisches Verstehen der Gefühle des Klienten und ihrer persönlichen Bedeutung durch den Therapeuten.

3.2.1 Echtheit oder Kongruenz

Rogers sieht diese als die grundlegendste Einstellung des Therapeuten. Kongruenz wurde bei Rogers theoretisch so beschrieben, „dass dem Therapeuten, was er auf der Erlebens- oder Bauch-Ebene fühlt, in seinem Bewusstsein deutlich gegenwärtig und für direkte Kommunikation dem Klienten gegenüber verfügbar ist, wenn dies angemessen erscheint“ (S.202). Dies bedeutet, dass der Therapeut dem Klienten gegenüber transparent ist und sich des eigenen Selbst insofern bewusst ist, als ihm Gefühle und Erfahrungen nicht nur zugänglich sind, sondern er auch fähig ist, so Rogers, „diese Gefühle in der Beziehung zu leben und zu

sein“ (S.202). Somit kann eine direkte, personale Begegnung, ein Zusammen-
treffen von Person zu Person stattfinden, bei der sich der Therapeut nicht selbst
verleugnet. Rogers betont jedoch, dass es nicht einfach sei, diese Bedingung zu
erfüllen, denn „Echt zu sein bedeutet, durch und durch vertraut zu sein mit dem
Fluß des Erlebens, der sich in einem vollzieht, einem komplexen und ständigen
Fluß“ (S.202). Es bedeutet auch, dass der Therapeut bereit ist, die ständig zum
Vorschein kommenden inneren Haltungen auszudrücken, ob positiv oder negativ.
(...) Auch Barrieren sollen durch diese Haltung vermindert werden und es wird
insgesamt wahrscheinlich, dass der Klient kongruenter spricht, weil sich auch
der Therapeut getraut hat, echt zu sein. Was dadurch entstehen kann ist „eine
aufrichtige Beziehung von Person zu Person zwischen zwei unvollkommenen
Menschen“ (S.203).

3.2.2 Anteilnahme oder bedingungslose positive Zuwendung

In dieser Einstellung des Therapeuten kommt seine tief und aufrichtig empfundene
Anteilnahme für den Klienten als „Person mit vielen konstruktiven Möglichkeiten“
(Rogers 1973, S.199) zum Tragen. Bedingungslos positiv ist die Zuwendung
dann, wenn die Gedanken, Gefühle und Verhaltensweisen des Klienten vom
Therapeuten nicht beurteilt oder bewertet werden. Doch auch das ist eine Her-
ausforderung für den Therapeuten, da diese Anteilnahme für den Therapeuten
dann erst möglich ist, „wenn er in seinem Inneren fähig ist, den Klienten voll zu
akzeptieren, wie er ist - oft eine defensive, verletzliche, widersprüchliche Person,
jedoch mit enormen Möglichkeiten für Wachstum“ (S.200).

3.2.3 Genaues empathisches Verstehen

Rogers (1973) beschreibt diese Fähigkeit als das „hervorstechendste Element in
der Arbeit des Therapeuten“ (S.194) wobei es darum geht, die Erfahrungen des
Klienten und die Bedeutung, die sie für ihn haben, genau und empfindsam zu
verstehen. Rogers (1992) geht in seiner Beschreibung so weit zu sagen, dass

einführendes Verstehen da entsteht, wo der Therapeut „in der Welt des Klienten zu Hause ist“ (S.23). Es handle sich also um ein „unmittelbares Gespür im Hier und Jetzt für die innere Welt des Klienten mit ihren ganz privaten personalen Bedeutungen, als ob es die Welt des Therapeuten selbst wäre“ (S.23). Der „Als ob Charakter“ darf aber nie verloren gehen.

Durch das Klientenzentrierte psychotherapeutische Beziehungsangebot können gestörte intra- und interpersonale Beziehungserfahrungen behandelt werden, so Linster (2000), und im therapeutischen Prozess auch neue Beziehungserfahrungen gemacht werden. Es liegt daher die Vermutung nahe, so Linster, „dass das Klientenzentrierte Psychotherapiekonzept nicht nur für die Förderung der Entwicklung der Person bzw. für die Behandlung der Störungen der Person (intrapersonale Perspektive), sondern auch für die Förderung der Entwicklung zwischenmenschlicher Beziehung bzw. für die Behandlung gestörter zwischenmenschlicher Beziehung (interpersonale Perspektive) einen substantiellen Beitrag zu leisten vermag“ (S.272).

Rogers (1985) stellte sich der Frage nach dem effektivsten bekannten Weg zur Veränderung der grundlegenden Persönlichkeitsstruktur eines Individuums und zur Verbesserung seiner Beziehung und seiner Kommunikation mit anderen und fand zu folgender Antwort:

„Wenn ich zuhören kann, was er mir erzählt; wenn ich verstehen kann, wie ihm dabei zumute ist; wenn ich erkennen kann, was das für ihn persönlich bedeutet; wenn ich den emotionalen Beigeschmack spüren kann, den es für ihn besitzt; dann setze ich die mächtigen Kräfte der Veränderung in ihm frei.“ (S.323)

Um aber überprüfen zu können, ob man seinem Gegenüber wirklich zugehört hat, schlägt Rogers folgendes kleines Experiment vor, in dem eine deutliche Parallele zum Ablauf des Imago-Dialoges gesehen werden kann. Es geht darum, dass jeder erst dann sprechen kann, wenn es ihm gelungen ist, die Ideen und die Gefühle des Vorredners richtig und zur Zufriedenheit jenes Sprechers zu wiederholen.

Dies setzt natürlich voraus, dass man sich in den Bezugsrahmen des anderen

wirklich hineinversetzt hat, um Gedanken und Gefühle so zu verstehen, dass man sie für den anderen auch zusammenfassen kann.

Eine Aufgabe der Psychotherapie hat Rogers (1985) damit beschrieben, durch die Beziehung zum Therapeuten „eine gute Kommunikation in sich selber herzustellen“ (S.322). Dadurch kann der Betroffene in Folge auch „freier und wirksamer“ mit anderen kommunizieren.

Konzepte und Methoden der Klientenzentrierten Psychotherapie, so Linster, finden sich auch in eklektischen Behandlungskonzepten zur Ehe- bzw. Paartherapie, wie zum Beispiel auch der Imagotherapie, wieder. Ziel der Partnerschaftstherapie ist es dabei, sowohl die Kongruenz der beiden Partner zu fördern, als auch die Empathie für den Partner.

3.3 SYSTEMISCHE PAARTHERAPIE

Die Anfänge Systemischer Paartherapie gehen auf die Zeit Mitte der 60er Jahre zurück. Als Vorläufer gilt die Familientherapie, die sich, so Kowalczyk (2000), mehr an naturwissenschaftlichen Systemvariablen ausgerichtet hat. Systeme (griech. „das Zusammengesetzte“) sind Beschreibungen beobachteter Realitäten. Eine „systemische Betrachtungsweise“ versucht das Verhalten von Elementen aus ihren Beziehungen zu anderen zu erklären und, so Kriz (1994), selbstverständliche Erklärungsmuster und/oder Hintergrundannahmen infrage zu stellen. Eines dieser fraglich gewordenen Konzepte, meint Kriz, sei die lineare Kausalität der Form „A-B“ (z.B. Reiz-Reaktion) oder auch die Hintergrundannahme, dass alles eine (oder mehrere) Ursache(n) habe, und daher die Frage nach dem „Warum“ besonders wichtig sei.

Die systemische Betrachtungsweise stellt hingegen die „Zirkularität“ in den Vordergrund. A und B stehen demnach in einem komplex vernetzten Prozess und meist spielen auch noch weitere Elemente eine Rolle.

Ludewig (2002) bezeichnet „systemisch“ als eine Form des Erkennens oder Beobachtens, „die sich des Problems der Komplexität unter Vermeidung unnötiger Reduktionismen annimmt“ (S.62). Der Mensch wird als eine komplexe,

intersystemisch konstituierte Einheit betrachtet, die aus verschiedenen Systemtypen besteht (biologisch, psychisch und sozial). Vom systemischen Denken wird auch die Erkenntnis abgeleitet, dass psychische und soziale Systeme prinzipiell undurchschaubar, nicht-instruierbar und selbstreferenziell sind. Unter „Selbstreferenz“ wird die Tatsache verstanden, dass Systeme dynamisch konzipiert sind, d.h., so Kriz, „es geht um Veränderungen in der Zeit, wobei jede Einwirkung von A auf andere Elemente wieder auf A zurückwirkt“ (S.228). Wesentlich wird es an dieser Stelle daher, nach dem „Wie“ des Prozesses zu fragen anstatt nach dem „Warum“.

Aus systemtheoretischer Sicht, so Ludewig, sind es nicht körperliches Leid, leidvolle Erlebnisse oder missglückte Beziehungen, die zum Beginn einer Psychotherapie führen, „sondern eine Kommunikation, die solche oder andere Probleme thematisiert und zugleich feststellt, dass Hilfe angebracht ist“ (S.63). Das heißt, dass sowohl die Probleme, als auch die Prozesse, die mit professioneller Hilfe zu ihrer Verwindung führen sollen, als Kommunikationen gesehen werden. Verwinden steht im Gegensatz zu einer imagotherapeutischen Grundannahme (siehe 2.2) und meint nicht Heilung, Bewältigung oder Überwindung. Der Fokus liegt daher weniger auf dem System an sich als vielmehr auf den typischen Mustern von Kommunikation beziehungsweise den Relationen zwischen diesen Kommunikationen.

Was die therapeutische Praxis betrifft, legt der Therapeut von Anfang an seine Aufmerksamkeit auf die unterschiedlichen Sichtweisen der beiden Partner von Wirklichkeit. Ein wichtiges Prinzip dabei ist es, so Kowalczyk (2000), zu balancierten „sowohl-als-auch Lösungen“ in denen sich, meint Kowalczyk, „die zwei Wirklichkeitskonstruktionen eines Paares kompromißhaft in einem gemeinsamen Entwurf ihrer Wirklichkeit entfalten, in der Übereinstimmen und Unterscheiden sowie gleich und ungleich sein akzeptiert werden können“ (S.350).

Für das therapeutische Handeln von Bedeutung ist außerdem das Konzept der Allparteilichkeit, das sich darauf bezieht, dass sich der Therapeut möglichst beiden Partnern gegenüber einführend, verstehend und die jeweilige

Wirklichkeitserfahrung anerkennend verhält. Zeigt der Therapeut zusätzlich Neugier als suchende Erkenntnishaltung, wird er bemüht sein, möglichst viele Arten von Situationsbeschreibungen zu finden, die sich auf das Problem des Paares und seine Lösungen beziehen. Das heißt, es gilt nicht als Ziel, die eine und einzig richtige Beschreibung zu finden. Auch Humor spielt eine nicht unwesentliche Rolle bei der therapeutischen Arbeit, da er helfen kann, die Perspektive bezüglich verzerrter Wahrnehmungen zu verändern und auch, so Kowalczyk, wieder die Kontrolle beziehungsweise Steuerbarkeit über symptomatisches Verhalten zu erlangen.

Die am häufigsten verwendete sprachliche Intervention im Rahmen der Systemischen Therapie ist das zirkuläre Fragen. Diesem liegt, so Kowalczyk, ein „zirkulär-kausales, auf Wechselwirkungen und Selbstreferenz beruhendes Verständnis von zwischenmenschlichem Verhalten zugrunde“ (S.354).

Eine Frage ist dann besonders nützlich, wenn der Klient durch sie und die Unterscheidungen, die sie bildet, neue Informationen über seine Ressourcen erhält und wenn durch die Frage Probleme in veränderter Weise beschrieben werden können. Über den Informationsgewinn hinaus, so Kowalczyk, sollen die Fragen indirekte Informationen vermitteln und den Erwartungshorizont des Klienten über „zukünftige nützliche Entwicklungen“ (S.355) erweitern. Beispiele für zirkuläre Fragen sind die „Verschlimmerungs-Frage“, die „Wunder-Frage“, „Fragen nach Ausnahmen“.

Weitere Inhalte Systemischer Therapie sind, wie auch in der Imago-Paartherapie (siehe 4.2.2), Interventionen, die Rituale anregen. Durch das regelmäßige Wiederholen und Zelebrieren kann das Zusammengehörigkeitsgefühl des Paares gestärkt werden und Rituale können, so Kowalczyk, Sicherheit und Stabilität in einer Zeit der Veränderung vermitteln.

Was das Setting betrifft, gibt es sehr flexible Möglichkeiten der Einbeziehung von Personen in die Therapie, vorausgesetzt, sie sind um das Problem herum organisiert und haben ein Interesse an der Auflösung des Problemsystems. Aber auch nicht anwesende Familienmitglieder oder Partner können hypothetisch Teil

eines Gespräches werden und, so Kowalczyk, „im Kopf des Therapeuten einen Platz haben“ (S.358). Der günstigste Fall in Bezug auf eine Paartherapie aus systemischer Sicht ist jedoch der, wenn beide Partner teilnehmen.

Da der Fokus systemisch orientierter Therapeuten allem voran auf der Beziehungsgestaltung liegt sowie der, so der Autor, damit verbundenen „bedeutungsgebenden Konstruktion von Wirklichkeit zwischen Menschen“ (S.363), war die Erforschung von Wirkfaktoren innerhalb der Systemischen Therapie viele Jahre mit Schwierigkeiten behaftet. Was jedoch Evaluationsstudien der jüngsten Zeit betrifft, so Kowalczyk, konnte gezeigt werden, dass Systemische Paartherapie grundsätzlich effektiv ist (mehr dazu unter 8.2).

3.4 BEHAVIORALE ANSÄTZE IN DER PAARTHERAPIE

Die Anfänge verhaltenstherapeutischer Interventionen gehen auf die späten 60er Jahre zurück wobei das Ziel in dieser Zeit vor allem darin lag, die dyadische Kommunikation zu verbessern. Der Schwerpunkt dieser Paartherapierichtung liegt trotz Neuerungen nach wie vor in der Förderung von Kompetenzen. Partnerschaftsqualität und -stabilität hängt nämlich gemäß empirischer Erkenntnisse, so Bodenmann (2002), im wesentlichen von drei Kompetenzen ab:

1. von einer angemessenen Selbstöffnung,
2. von einer effektiven Problemlösung und
3. von einer wirksamen individuellen und dyadischen Stressbewältigung.

Prädiktive Bedeutung für den Verlauf der Partnerschaft, so Bodenmann, haben allem anderen (Persönlichkeitsmerkmale, Art und Ausmaß an Problemen) voran die Fertigkeiten beider Partner bzw. des Paares. Bodenmann meint, „während zufriedene wie unzufriedene Paare Konflikte haben und auch über Jahre hinweg dieselben Streitthemen aktuell sein können, unterscheiden sich die beiden Gruppen v.a. hinsichtlich des Umgangs mit Konflikten, der Lösung von Problemen und dem Umgang mit Alltagsstre (S.107).

Daher legt kognitiv-verhaltenstherapeutische Paartherapie ihren Schwerpunkt

auch auf die Förderung relevanter Kompetenzen.

3.4.1 Operante Methoden

Für unzufriedene Paare ist eine normale, befriedigende Interaktion dadurch erschwert, dass belohnende, verstärkende Verhaltensweisen zu selten vorkommen, während Kritik, Sarkasmus, Abwertungen etc. überwiegen und die Tendenz zu negativen Eskalationen ebenso überwiegt. Um diese sogenannte Negativdynamik zu unterbrechen, so Bodenmann, werden, ähnlich wie am Beginn der Imagotherapie, operante Techniken eingesetzt. Die Übung des Verhaltensaustausches ("behavior exchange procedures") soll die beiden Partner anregen, sich zu überlegen, was dem anderen Freude bereiten könnte und wie dies in den Alltag eingebaut werden kann. Diese positiven Verhaltensweisen (freundliches Grüßen, Küssen, gemeinsame Aktivitäten...) oder Geschenke sollen im nächsten Schritt ohne Ankündigung realisiert werden, so Bodenmann, und der jeweils andere soll dabei erlappt werden, wie er diese positiven Stimuli einbringt. Dies kann zu einer neuen Sicht der Beziehung führen. Die Intimität wird verstärkt und, so Bodenmann, eine „positive Verstärkerspirale“ entsteht, wodurch „weiterführende, auf die zentralen Themen der Partnerschaft abzielende Interventionen (Kommunikationstraining) ermöglicht werden“ (S.108).

Wichtig ist, dass durch diese Methode der Beginn einer Therapie bewältigbar und motivationsfördernd gestaltet werden kann, da bereits bestehende Verhaltensweisen reaktiviert werden und das Ziel noch nicht darin liegt, negatives Verhalten zu reduzieren (was meist erst später möglich wird).

3.4.2 Kompetenzsteigernde Methoden

Kommunikationstraining

Im allgemeinen, so Frischenschlager (in Pritz, 1996), kann unter Kommunikation der Austausch von Informationen verstanden werden. Frischenschlager weist allerdings darauf hin, dass durch diese Definition ein bedeutender Aspekt

unbeachtet bleibt, „nämlich die Tatsache, dass bei jedem kommunikativen Akt zwischen lebenden Organismen eine Veränderung des Senders und des Empfängers erfolgt. Kommunikation bedeutet also immer auch eine wechselseitige Veränderung“ (S.276).

Da ungünstige Kommunikation als einer der bedeutendsten Prädiktoren für einen destruktiven Partnerschaftsverlauf und Scheidung gesehen werden kann, ist die Verbesserung der Kommunikation zentrales Thema jeder Paartherapie. Ziel des Kommunikationstrainings, so beschreibt es Bodenmann (2002) „ist das Überlernen von dysfunktionalem und problematischem Kommunikationsverhalten mit angemessenem Verhalten sowohl in der Rolle des Sprechers wie des Zuhörers“ (S109). Dies erfordere eine Grundhaltung des Interesses am Partner, der gegenseitigen Wertschätzung, Akzeptanz und Echtheit sowie die Fokussierung auf relevante Inhalte, die Eingrenzung der Themen und Förderung der Aufeinanderbezogenheit.

Sprecher- und Zuhörer-Regeln: Im Rahmen eines Rollenspiels trainiert der Sprecher, persönliche Äußerungen zu machen („Ich-Gebrauch“), Verallgemeinerungen zu vermeiden und sich auf konkrete Situationen zu beziehen, die beim Partner störend sind sowie die Selbstöffnung (emotionale Kommunikation, Mitteilung von Gefühlen, Bedürfnissen..). Der Zuhörer trainiert aktives Zuhören (z.B. durch aktiven Blickkontakt, Zugewandtheit, Nicken), Zusammenfassen und Paraphrasieren wichtiger Äußerungen, offenes unvoreingenommenes Nachfragen sowie positive Rückmeldungen an den Partner. Gelingt es dem Paar, sich genau an die Regeln zu halten, kann, so Bodenmann, eine „Plattform der Begegnung“ geschaffen werden, die verhindert, dass negative oder verletzende Äußerungen gemacht werden. Es wird jedoch möglich, wichtige Inhalte und Gefühle in einem wohlwollenden und angstfreien Klima auszutauschen und somit eine tragfähige Kommunikationskultur aufzubauen. Wichtig ist dabei auch die graduierte Vorgehensweise (von konfliktfreien hin zu spannungsgeladeneren Themen) wodurch das Paar kontinuierlich lernen und seine Fähigkeiten festigen kann.

Problemlösetraining

Aufbauend auf das Kommunikationstraining zielt das Problemlösetraining auf die Vermittlung von Strategien ab, wie Alltags- und Partnerschaftsprobleme durch ein schrittweises Vorgehen effektiver bewältigt werden können und die Unabhängigkeit und Selbständigkeit der Klienten dadurch gefördert werden kann. Im Rollenspiel kann das Paar unter Supervision des Therapeuten die folgenden sechs Schritte einüben: 1. Problembeschreibung; 2. kreative Lösungssuche; 3. Auswahl der besten Lösungsmöglichkeit; 4. genaue und sorgfältige Operationalisierung und Planung der Umsetzung dieser Möglichkeit; 5. effektive Durchführung der gefundenen Problemlösung im Alltag; 6. Evaluation des Erfolgs der gewählten Problemlösung und Selbstverstärkung. Durch die Anregung zur gemeinsamen Bearbeitung des Problems, so Bodenmann, kommt es zu einer Stärkung des „Wir-Gefühls“, zum Aufbau von internalen Kontrollüberzeugungen und der Stärkung der dyadischen Selbstwirksamkeitserwartungen.

3.4.3 Kognitive Methoden

Kognitive Interventionen sollen unter anderem darauf abzielen sogenannte Negativspiralen zu durchbrechen. Dabei, so Bodenmann, wird im Zuge einer fortschreitend aversiven Beziehungsstruktur die Geschichte der Beziehung mit ihren ursprünglich positiven und schönen Erfahrungen, im Rückblick negativ verzerrt. Zu den Methoden, die dabei helfen können, diese Spiralen zu durchbrechen zählen: das kritische Hinterfragen der Annahmen bezüglich des Partners (Bsp.: Bedenken der Subjektivität der Annahmen), Aufdecken von problematischen Kognitionen und Schemata (Bsp.: dichotomes Denken) und auch Umattribuierungen (Bsp.: dem Partnerverhalten eine positive Deutung geben). Durch die veränderte Einschätzung des Partners und der Partnerschaft und differenziertere Interpretationen wird es möglich „die Paarbeziehung in einem neuen, günstigeren Licht zu sehen und Probleme, welche häufig interpretationsbedingt vorliegen, zu relativieren“ (S.111).

Beispiele für neuere Entwicklungen in der Verhaltenstherapie bei Paaren sind

der Ansatz von Gottman zur Förderung des „Wir-Gefühls“ und der Ansatz von Bodenmann zur Förderung der Copingressourcen von Paaren.

Was die Effektivität verhaltenstherapeutischer Eheberatung betrifft (siehe Punkt 8.2).

3.5 EMOTIONS-FOKUSIERTE PAARTHERAPIE

Dieser Ansatz der Paartherapie basiert auf der Integration eines erlebniszentrierten und eines systemischen Ansatzes. In Hinblick auf das „Paarsystem“ ist es das Ziel, so Heekerens (2000), Interaktionszyklen zu verändern. In Hinblick auf jeden einzelnen Partner wird versucht, jene intrapsychische Erfahrung zu verändern, die den Zirkel aufrecht erhält und durch diesen aufrechterhalten wird.

Die Sicht dieser Therapierichtung beruht auf folgenden vier Prinzipien: 1. das Selbst ist in jedem Augenblick durch emotionale Erfahrung in einer bestimmten Weise organisiert; 2. interpersonelle Wahrnehmung dient dazu, die Selbstorganisation ebenso wie Interaktionspositionen aufrechtzuerhalten; 3. bestimmte Grundüberzeugungen bezüglich der Selbstsicht in einer Beziehung beeinflussen das Verhalten kontinuierlich; 4. Interaktionsmuster sind in beeinträchtigten Paarbeziehungen selbstperpetuierend und erhalten das Problem als auch die innere Erfahrungswelt der Partner aufrecht.

Ziel der Veränderung sind alle Aspekte des Problems: Emotion, Wahrnehmung, Kognition und Interaktion, wobei es zunächst darum geht, recht schnell negative Interaktionszirkel zu identifizieren (Bsp.: „Verfolgen-Distanzieren“ oder „Angriff-Rückzug“).

Im nächsten Schritt geht es darum, die bei jedem Partner bislang nicht offen gezeigten Gefühle, die seine Selbst- und Fremdsicht organisieren, ausfindig und zugänglich zu machen. Weiters werden der Problemzyklus, die Interaktionspositionen der Partner und ihre Verhaltensweisen umdefiniert. Die neuen Begriffe entsprechen den jetzt zugänglichen zugrundeliegenden Emotionen (Bsp. Rückzug und Ablehnung können sich als Selbstschutzversuch erweisen oder als Angst, verschlungen zu werden).

Heekerens (2000) betont in seiner Beschreibung der Emotions-Fokussierten Paartherapie besonders auch ihren integrativen Charakter, da eine Person als ein sich selbst organisierendes und sich kontinuierlich entwickelndes System angesehen wird. Ein System, das sowohl unter internen als auch externen Einflüssen steht, weshalb auch Veränderung nur durch Änderungen sowohl im Selbst als auch im Kontext erreicht werden kann.

Veränderung meint im Wesentlichen, dass es im Laufe eines mehrschrittigen Prozesses zur Umstrukturierung des sogenannten emotionalen Bandes kommt. Dies geschieht dadurch, dass der Zugang zu Basisemotionen wiederhergestellt wird und diesen Gefühlen, die der andere Partner zu akzeptieren lernt, Ausdruck verliehen wird.

3.6 FREIBURGER STRESSPRÄVENTIONSPROGRAMM FÜR PAARE (FSPT)

In diesem von Bodenmann entwickelten Präventionsansatz geht es gezielt um die Förderung der Stressbewältigungskompetenz, was durch folgende neuere Forschungsergebnisse, so Bodenmann (2000), begründet wird:

1. Stress beeinflusst die Partnerschaftsqualität und -stabilität negativ;
2. Stress führt zu einem Einbruch der Kommunikationsqualität und
3. individuelles und dyadisches Coping hängen mit einer günstigeren Paarbeziehung positiv zusammen und erweisen sich als Moderatoren zwischen Stress und einem ungünstigen Verlauf der Paarbeziehung.

Als präventiver Ansatz ist das FSPT nicht für Paare in Krisen gedacht, sondern kann im Rahmen einer Ehevorbereitung zum Einsatz kommen, bei Paaren, die bereits länger in Beziehung sind und an deren Gesunderhaltung interessiert sind oder wenn Paare einer spezifischen Stresssituation ausgesetzt sind (Bsp. Übergang zur Elternschaft, Mehrfachbelastungen).

Insgesamt werden sechs Module mit theoretischen Inputs angeboten sowie Übungen und Rollenspiele unter Supervision. Zusätzlich gibt es Hausaufgaben, die, wie Bodenmann es beschreibt, zur „längerfristigen Konsolidierung des

Verhaltens“ dienen sollen.

1. Modul: Einführung ins Thema Stress und Stressbewältigung

Mögliche Ursachen, Arten und die Folgen von Stress sind das Thema des ersten Moduls. Außerdem wird auch aufgezeigt, wie Gefühle mit der Wahrnehmung einer Situation in Zusammenhang stehen und die Paare analysieren ihr eigenes Belastungsniveau in unterschiedlichen Bereichen.

2. Modul: Verbesserung der individuellen Stressbewältigung

Nun wird aufgezeigt, wie unnötiger Stress vermieden werden kann bzw. welche Aktivitäten zur Regeneration dienen und wie Belastungen durch effiziente Copingstrategien bewältigt werden können. Auch körperliche Entspannung durch progressive Muskelrelaxation wird als Möglichkeit aufgezeigt, um mit Stress besser umgehen zu lernen.

3. Modul: Verbesserung des dyadischen Copings

Die Paare trainieren, Stressanzeichen beim anderen differenzierter wahrzunehmen sich aber bezüglich ihres eigenen Stressses offener und transparenter zu zeigen. Zusätzlich wird die dyadische Belastungsbewältigung ausgebaut und gefestigt.

4. Modul: Austauschtheoretische Überlegungen zur Stressbewältigung in der Partnerschaft

Hierbei geht es um Aspekte des fairen Austausches, der Gerechtigkeit und der klaren Grenzen ebenso wie um die Wichtigkeit der Nähe-Distanz-Regulation. Gearbeitet wird an einer ausgewogenen reziproken, symmetrischen dyadischen Belastungsbewältigung.

5. Modul: Verbesserung der dyadischen Kommunikation

Inhalt diese Moduls sind negative Kommunikationsverläufe bzw. problematische Kommunikationsverhaltensweisen. Konstruktive Möglichkeiten der partnerschaftlichen Kommunikation sollen aufgezeigt und intensiv eingeübt werden.

6. Modul: Verbesserung der dyadischen Problemlösung

Abschließend wird die Bedeutung effizienter Problemlösung aufgezeigt, die Vermeidung von Konflikten und Problem sowie die Kompromissbereitschaft innerhalb

des Paares angesprochen. Möglichkeiten, Alltags -und Beziehungsprobleme besser zu lösen, werden geübt.

4. IMAGO-PAARTHERAPIE

Die theoretischen Grundlagen der Imago-Paartherapie beschreibt Harville Hendrix in seinen Bestseller Büchern *Getting the Love You Want: A guide for couples* (Hendrix, 2008) und in *Keeping the Love You Find: A guide for Singles* (Hendrix, 2009). In *Getting the Love you Want* beschreibt Hendrix 1. die unbewusste Partnerschaft und 2. die bewusste Partnerschaft. In Teil drei führt Hendrix 18 Übungen an, die helfen können, eine bewusste Beziehung zu entwickeln.

4.1 DIE UNBEWUSSTE PARTNERSCHAFT

In seinen Ausführungen zum Thema „unbewusste Partnerschaft“ bearbeitet Hendrix die Themenkomplexe Attraktion, Kindheitswunden, „Dein“ Imago, Romantische Liebe und Machtkampf.

4.1.1 Attraktion

Was das, wie er es nennt, „Mysterium“ der romantischen Anziehungskraft betrifft, führt er drei Theorien an, die, wie er meint, einige Aspekte der romantischen Liebe erklären: 1. Evolutionstheorie: “we instinctively select mates who will enhance the survival of the species” (S.5), 2. Austauschtheorie: “the basic idea of the exchange theory is that we select mates who are more or less our equals” (S.6) wobei diese Theorie, so Hendrix, über das rein biologische Modell hinaus geht und nicht nur Jugend, Schönheit und sozialer Rang bei der Partnerwahl eine Rolle spielen, sondern das Interesse an der Person in ihrer Gesamtheit entscheidend ist und 3. „Persona“ Theorie: “The persona theory maintains that an important factor in mate selection is the way a potential suitor enhances our self-esteem” (S.6).

Hendrix resümiert jedoch: “In fact, the more deeply we look at the phenomenon of romantic attraction, the more incomplete these theories appear to be. (...) we seem to have a much more discriminating taste than any of these theories would indicate” (S.7).

Hendrix betont, aus seiner Sicht und Erfahrung als Paartherapeut ein deutliches Muster wahrnehmen zu können, wenn er die Partnerwahl seiner Klienten betrachtet: "It appears that each one of us is compulsively searching for a mate with a very particular set of positive and negative personality traits" (S.7).

Um zu verstehen, welche tragende Rolle das Unterbewusste bei der Partnerwahl spielt, ist es notwendig, die Struktur des Gehirns zu betrachten, das er selbst so beschreibt: "the mysterious and complex organ with many different subdivisions"(S.9). Hendrix bezieht sich dabei, wie er sagt „der Einfachheit halber“ auf den Neurowissenschaftler Paul McLean und dessen Erkenntnisse aus dem Jahr 1964 (McLean P.: Man of His Animal Brains. Modern Medicine. Feb.3 1964). McLean beschrieb damals das Modell des „dreiteiligen Gehirns“. Darauf aufbauend spricht Hendrix vom „alten Gehirn“, bestehend aus Stammhirn und Limbischem System, sowie vom „neuen Gehirn“, was sich auf den cerebralen Cortex bezieht. Während das „alte Gehirn“, so Hendrix, für die Entstehung der meisten automatisch ablaufenden physischen Reaktionen und die Gefühle verantwortlich ist hat das „neue Gehirn“ folgende Aufgabe: "It's the part of you that makes decisions, thinks, observes, plans, anticipates, responds, organizes information, and creates ideas. (...) By and large, this analytical, probing, questioning part of your mind is the part that you think of as being 'you'" (S.10). Trotz aller Unterschiedlichkeit der beiden Anteile, stehen sie in einem ständigen Austausch von Informationen. Eine Besonderheit des „alten Gehirns“ ist dabei, dass kein lineares Zeitverständnis existiert und Vergangenes, wie Hendrix es beschreibt, "still is". Diese Tatsache kann zum Verständnis des Unterbewussten viel beitragen: "it (A.d.V.) may help explain why you sometimes have feelings within your relationship that seem alarmingly out of proportion to the events that triggered them" (S.13).

4.1.2 Kindheitswunden

Hendrix sieht den Zusammenhang zwischen der Arbeitsweise des „alten Gehirns“ und der Partnerwahl darin, dass unbewusst versucht wird, das wieder herzustellen,

was einst in der Kindheit erfahren wurde. Das heißt einen Partner zu finden, der im Wesentlichen ebenso jene Charaktereigenschaften besitzt, die wir von den Personen kennen, die in der Kindheit unsere nächsten Bezugspersonen waren. Den Grund dafür definiert Hendrix folgendermaßen: „the reason the old brain is trying to resurrect the past is not a matter of habit or blind compulsion but of a compelling need to heal old childhood wounds” (S.14).

Das heißt, die Partnersuche steht gewissermaßen unter dem Vorzeichen, jemanden zu finden, der sich in idealer Weise dafür eignet, um sich mit den eigenen psychischen und emotionalen Schäden der Kindheit auseinandersetzen zu können und, wie Hendrix es nennt, Heilung zu erfahren. Wesentlich scheint an dieser Stelle sein Hinweis, dass Schäden nicht nur durch schwere Traumata entstehen, sondern man davon ausgehen kann, dass es Eltern und anderen Bezugspersonen trotz bestens Wollens nie gelingt, den sich ständig ändernden Bedürfnissen ihrer Kinder in perfekter Weise nach zu kommen. “You grew up knowing the anguish of unmet needs and these needs followed you into your love relationship” (S.22), so Hendrix.

Aber es sind nicht nur unerfüllte Bedürfnisse, die zu psychischen Verletzungen in einem Kind führen können. Auch der Prozess der Sozialisation, samt all den Botschaften der Bezugspersonen und der Gesellschaft darüber, wer man ist und wie man sich zu verhalten hat, kann Wunden erzeugen und eine spätere Partnerschaft beeinflussen. Nicht selten handelt es sich dabei um unbewusste Annahmen darüber, wie man ist oder auch nicht ist. „Ich kann nicht denken“, „Ich bin nicht kreativ“, „Ich kann nicht tanzen“ sind beispielsweise solche Glaubenssätze, die ausdrücken, “that (A.d.V.) we all have parts of ourselves that we have hidden from consciousness” (S.24). Diese natürlichen Fähigkeiten, Gedanken oder Gefühle, sind nämlich nicht mehr Teil unseres Bewusstseins, aber, so Hendrix, “They are not gone; we still possess them” (S.24). Ähnliche Einschränkungen werden nicht selten in Bezug auf die Wahrnehmung des Körpers und dessen Empfinden erlebt oder auch in Bezug auf Gefühle. Hendrix geht davon aus, dass es verschiedene Wege gibt, gewisse kindliche Gedanken, Gefühle oder Verhaltensweisen zu

unterdrücken oder zu beeinflussen. Der stärkste Einfluss passiert jedoch durch das elterliche Vorbild:

“Children instinctively observe the choice their parents make, the freedoms and pleasure they allow themselves, the talents they develop, the abilities they ignore, and the rules they follow. All of this has profound effect on children (...) Whether children accept their parents’ model or rebel against it, this early socialization plays a significant role in mate selection and, (...), is often a hidden source of tension in married life.” (S.30)

Zusammenfassend geht Hendrix davon aus, dass durch die Summe aller Erfahrungen und Frustrationen der Kindheit, die ursprüngliche Ganzheit, mit der ein Kind geboren wird, verloren geht, und das Selbst aus drei getrennten Anteilen bestehend, übrig bleibt: 1. das „verlorene Selbst“, 2, das „falsche Selbst“ und 3. das „verleugnete Selbst“.

Dem Bewusstsein zugänglich ist das, was man als „Persönlichkeit“ versteht, nämlich Teile des ursprünglichen Seins, die noch intakt sind, und gewisse Teile des „falschen Selbst“. Letzteres hat unter anderem die Aufgabe, vor weiteren Verletzungen zu schützen (beispielsweise dadurch, dass jemand, der Nähe und Wärme bei seiner Mutter vermisst hat, sich im Erwachsenenalter als besonders distanziert und hart zeigt).

Das „verlorene Selbst“ ist dem Bewusstsein fast zur Gänze unzugänglich.

Das „verleugnete Selbst“ hingegen, also die negativen Anteile des falschen Selbst, drohen permanent, sich zu zeigen. Um sie im Verborgenen zu halten müssen sie daher geleugnet oder auf andere projiziert werden.

4.1.3 „Imago“

Unter „Imago“ versteht Hendrix ein unbewusstes Bild vom anderen Geschlecht, das von Geburt an geformt wird. Hendrix:

“Helen and I decided that a good name for this inner picture is ‘imago’, which is the latin word for ‘image’. Essentially, your imago is a composite picture of the people who influenced you most strongly at an early age (...) and (A.d.V.) a part of your brain recorded everything about them (...) all your significant interactions with them.” (S.38)

Hendrix geht davon aus, dass jene Interaktionen, die am meisten verletzend und dadurch am bedrohlichsten waren, auch jene sind, die sich am stärksten eingepreßt haben. Nach und nach bildet sich aus all den Informationen ein einziges Bild. Da das „alte Gehirn“ nicht in der Lage ist, feine Unterschiede zu machen, erhalten all die Informationen auch nur eine Überschrift, nämlich: „people responsible for our survival“. Die Partnersuche folgt dem Prinzip, jemanden zu finden, der die fundamentalen, unbewussten Triebe befriedigen kann, jemanden, so Hendrix, „who will nurture me and help me recover my lost self“ (S.44).

4.1.3.1 Unterschied zwischen dem Imago-Begriff bei Jung und Hendrix

Wesentlich ist an dieser Stelle zu bemerken, dass sich Hendrix, trotz inhaltlicher Parallelen zwischen Jung und ihm bezüglich „Imago“, in der Verwendung dieses Begriffes nicht auf seine tatsächliche Herkunft bezieht und diese nicht bekennt. Imago ist mehr als das lateinische Wort für Bild, da es seit C.G.Jung und dessen Ausführungen darüber nicht mehr von den Jung'schen Definitionen zu trennen ist oder zumindest nur vor (!) deren Hintergrund in ein neues Licht gestellt werden könnte. Tatsache ist, dass Hendrix die Bedeutungen zumindest in ihrem Ansatz, wenngleich nicht mit der von Jung erreichten Präzision und Ausführlichkeit übernimmt, ohne sich auf diese Quelle zu beziehen. Jung (1995) schreibt (siehe auch 2.6) „Unter diesen Dingen, die für die Infanzzeit von größter Bedeutung waren, spielen die Eltern die einflussreichste Rolle (...) Die Liebe und Verehrung, der Widerstand, die Abneigung, der Haß und die Auflehnung kleben noch an ihren Abbildern“ (S.159). Jung geht davon aus, dass diese unbewussten Erinnerungsbilder in frühester Kindheit gebildet werden und auch nach der realen Begegnung mit der Person, in der Psyche fortleben. Das Seelenbild (Animus bzw. Anima), das im Rahmen des Individuationsprozesses eine bedeutende Rolle spielt, entsteht einerseits durch jenes Bild vom anderen Geschlecht, das wir als Einzelwesen in uns tragen („Imago“, A.d.V.) und aber auch, und darauf nimmt Hendrix nicht Bezug, durch das Bild, das wir als Artwesen in uns tragen. An dieser Stelle wird deutlich, dass Hendrix zwar von Imago spricht, dies aber

inhaltlich dem entspricht, was Jung unter Animus und Anima versteht.

4.1.4 Romantische Liebe

In dieser Phase der Beziehungsentwicklung, sehen die Partner die Welt nicht, so Hendrix, "through the fractured lens of their split-off state but through the smooth, polished lens of their original nature" (S.48). Die größte Veränderung, die in dieser Zeit erlebt wird, bezieht sich auf das Gefühl, das die Partner über sich selbst haben. Nicht selten überwiegt das Gefühl, mehr Energie zu besitzen und auf das Leben insgesamt einen optimistischeren und spielerischen Blick haben zu können. Auf Mittel und Einflüsse, die früher eine belohnende oder beruhigende Wirkung hatten (Alkohol, TV..), kann weitestgehend verzichtet werden, da das Leben durch die Partnerschaft an Bedeutung und Substanz gewonnen hat. Hendrix: "Some even were blessed with a heightened spiritual awareness, a feeling of inner unity and a sense of being connected with nature that they hadn't experienced since childhood" (S.48).

Da der Zustand der Romantischen Liebe über die intensive physische Erfahrung, samt all ihren messbaren biologischen Komponenten, hinausgeht, sei es in diesem Zusammenhang auch wichtig, die Bedeutung des Unbewussten zu beachten. Dies spiegelt sich auch im Sprachgebrauch eines verliebten Paares wieder, wobei Hendrix davon ausgeht, dass sich die ausgetauschten Worte in der Basis auf vier Sätze reduzieren lassen. 1. „Ich weiß, wir haben uns gerade erst kennen gelernt, aber ich fühle mich so, als hätte ich dich schon immer gekannt“, bezeichnet als „Phänomen des Erkennens“. Dieses Gefühl der Vertrautheit entsteht dadurch, dass sich die Partner auf einer unbewußten Ebene wieder mit ihren ursprünglichen Bezugspersonen verbunden fühlen mit dem Unterschied, dass diesmal ihre tiefsten, fundamentalsten und kindlichsten Sehnsüchte Befriedigung finden werden. 2. „Es ist seltsam, aber obwohl wir uns erst seit einiger Zeit treffen, kann ich mich nicht mehr an die Zeit erinnern, als ich dich noch nicht kannte“ bezeichnet als „Phänomen der Zeitlosigkeit“. Dies zeigt, dass die Verliebtheit ein Phänomen darstellt, das durch die Funktion des „alten Gehirns“

zustande kommt:

“When people fall in love, their old brain fuses the image of their partners with the image of their caretakers (...) being in an intimate love relationship is very much like being an infant in the arms of your mother. There is the same illusion of safety and security, the same total absorption.” (S.51)

3. „Wenn ich mit dir zusammen bin, fühle ich mich nicht mehr allein; ich fühle mich wie „ganz“ oder „komplett“ bezeichnet als „Phänomen der Wiedervereinigung“. Darin spiegelt sich wieder, dass ein Partner gewählt wurde, durch den jene Teile des eigenen Seins repräsentiert sind, die in der Kindheit verloren gegangen sind. Das verlorene Selbst wird wiederentdeckt und das Gefühl der Ganzheit gewinnt Raum. 4. „Ich liebe dich so sehr, dass ich nicht ohne dich sein will“ bezeichnet als „Phänomen der Notwendigkeit“. Darin zeigt sich, dass Liebende ohne es zu wissen, die Verantwortung für ihr Überleben von den Eltern auf den Partner übertragen. Außerdem zeigt sich darin auch die Angst, durch den Verlust des Partners, das wieder gewonnene Gefühl der Ganzheit zu verlieren.

Eine Zeit lang gelingt es Paaren, sich an die Illusion der Romantischen Liebe anzuklammern, jedoch, so Hendrix, “this requires a good deal of unconscious playing” (S.54). So zeigen sich die Liebenden beispielsweise emotional gesunder als sie tatsächlich sind, was ihre Anziehungskraft erhöht. Um den Bedürfnissen des anderen gerecht zu werden, kommt es auch zu jenem psychologischen Prozeß, der als „projektive Identifikation“ bezeichnet wird. So identifiziert sich beispielsweise ein Mann unbewusst mit jener Vision vom Idealmann, die seine Frau in sich trägt. Damit beginnt er, eine Rolle in einem Schauspiel zu übernehmen, dessen schlechtes Ende mehr oder weniger vorprogrammiert ist.

Vor allem am Beginn einer Liebesbeziehung befindet sich ein Paar in einer Zeit massivster Verleugnung. Es sind jedoch gerade auch die negativen Anteile der Persönlichkeit des anderen, die anziehend wirken. Zum einen, wie bereits früher erwähnt, weil sie oft an Eigenschaften der Bezugspersonen der Kindheit erinnern, zum anderen, weil die Eigenheiten des Partners eine Hilfe sein können, mit verleugneten Anteilen des Selbst in Kontakt zu kommen. „Projektion“ ist

der Begriff, der den Vorgang beschreibt, bei dem versteckte Anteile der Person selbst, z.B. Wut, dem Gegenüber zugeschrieben werden. Hendrix: "we project whenever we take a part of the disowned self or the lost self and send it out like a picture onto another person" (S.60).

Solche Projektionen, betont Hendrix, sind jedoch ständig ablaufende Prozesse und betreffen nicht nur Partner einer Paarbeziehung.

Zusammenfassend geht Hendrix davon aus, dass die Romantische Liebe durch den Ablauf eben dieser drei psychologischen Prozesse bestimmt ist: 1. Übertragung, 2. Projektion und 3. Verleugnung. Obwohl die Partner glauben, in die andere Person verliebt zu sein, haben sie sich im Grunde in ein auf den anderen projiziertes Bild verliebt.

4.1.5 Machtkampf

Hendrix sieht die Phase der Romantischen Liebe von der Phase des Machtkampfes abgelöst. Mehr oder weniger plötzlich ist es nicht mehr genug, dass der Partner beispielsweise gefühlvoll, intelligent oder attraktiv ist. Nun geht es darum, eine ganze Hierarchie von Erwartungen zu erfüllen, wobei manche davon dem Bewusstsein zugänglich oder halbzugänglich sind. Die größte Rolle spielen aber die unbewussten Erwartungen und allen voran jene, vom Partner in jener Weise geliebt zu werden, wie es die Eltern nie getan haben. Den Beginn dafür sieht Hendrix da, wo die Partner sich in der Beziehung sicher zu fühlen beginnen: "Once a relationship seems secure, a psychological switch is triggered deep in the old brain that activates all the latent infantile wishes" (S.66).

Oft sind es gerade jene Seiten des Partners, die am Anfang besonders anziehend oder faszinierend erlebt wurden, die in dieser Phase zum Problem werden. Während die komplementären Eigenschaften des Partners zu Beginn der Partnerschaft das Gefühl nährten, mit den eigenen verloren gegangenen Anteilen des Selbst wieder in Verbindung zu kommen, beleben sie nach und nach Empfindungen und Eigenschaften, die immer noch Tabu-Charakter haben. Dies erzeugt Angst und wird mitunter auch wie eine Bedrohung der eigenen Existenz erlebt.

Immer deutlicher wird an dieser Stelle, dass der Partner nicht derjenige sein wird, der die eigenen Bedürfnisse erfüllen wird sonder, so Hendrix: “your partner was destined to wound you in the very same way you were wounded in childhood!“ (S.68).

Man kann allerdings davon ausgehen, daß die Parallelen zwischen dem, was mit dem Partner erlebt wird und den Kindheitserinnerungen nicht immer so deutlich sichtbar sondern mitunter sehr subtil sind. Hendrix konnte durch die Arbeit mit einer Vielzahl von Klienten auch beobachten, dass diese auf ihren Partner so reagieren, als hätten sie es mit einer Kopie ihrer Eltern zu tun. Das, obwohl es nicht in Bezug auf alle Eigenschaften Ähnlichkeiten gab. Hendrix:

“In their compelling need to work on unfinished business, they project the missing parental traits onto their partners. Then, by treating their partners as if they actually had these traits, they manage to provoke the desired response.” (S.74)

Hendrix beschreibt aber auch noch einen weiteren Aspekt des Machtkampfes, der sich zwischen den Partnern abspielt. Während in der Zeit der Romantischen Liebe viele angenehme und schöne Gefühle dadurch entstehen, dass die positiven Anteile des Imago auf den Partner projiziert werden, kommt es in der Zeit des Machtkampfes zur Projektion der verleugneten, negativen Eigenschaften. Diese negative Seiten sind oftmals dadurch entstanden, dass ein Kind in kreativer Weise versucht hat, mit seinen Verletzungen umzugehen oder aber auch durch Beobachtung des elterlichen Verhaltens. Obwohl es sich um ein Verhalten der Eltern handelt, das nicht positiv erlebt wurde, wird es durch den Prozess der „Identifikation“ übernommen. Das heißt, man findet dann genau diese ungeliebten Eigenschaften an sich selbst wieder. Wird das später jedoch bewusst, kommt es zur Verleugnung. Die Partnersuche zeigt dann, dass es gerade diese ungeliebten Eigenschaften sind, die später im Partner wieder gesucht werden. Das heißt, meint Hendrix: “The imago is not only an inner image of the opposite sex; it is also a description of the disowned self” (S.75).

Verhält sich der Partner in einer Weise, die eigene, verleugnete Wesenszüge widerspiegelt, kann sich Kritik ganz auf den anderen beziehen und dies ist ein

äußerst effizienter Weg, eigene unerwünschte Anteile unbeachtet zu lassen.

Teil des Machtkampfes ist es auch, den Partner durch negative Taktiken dazu bewegen zu wollen, ein liebevolleres Verhalten zu zeigen. Hendrix sieht den Grund dafür wiederum in der Funktionsweise des „alten Gehirns“, in dem Erinnerungen an die Säuglingszeit gespeichert sind. Aus den Erfahrungen dieser Zeit lässt sich unbewusst folgendes ableiten: “When you are frustrated, provoke the people around you. Be as unpleasant as possible until someone comes to rescue you” (S.78).

Diese primitive Sicht der Welt kann auch noch bei Erwachsenen zu dem Glauben führen, dass es die Aufgabe des Partners ist, herauszufinden, welche Bedürfnisse befriedigt werden müssen. In der Zeit des Machtkampfes fügen sich die Partner nicht selten erhebliche psychische und mitunter physische Schmerzen zu, um diesen dringenden Wunsch nach Bedürfnisbefriedigung erfüllt zu bekommen. Die große, unbewusste Angst, sterben zu müssen, wenn die eigenen Bedürfnisse nicht befriedigt werden können, unterstützt diese Verhalten.

Das Ende der Illusion der Romantischen Liebe versetzt das betroffene Paar in einen chaotischen Zustand, der mit einem Schock beginnt. Man kann im Partner nicht mehr die Person wahrnehmen, die man geheiratet hat und die Erkenntnis setzt ein, dass die lang ersehnte Heilung nicht passieren wird. Nach dem Schock kommt die Zeit des Leugnens. Eine Zeit lang gelingt es dadurch noch, die negativen Eigenschaften des anderen in einem positiven Licht zu betrachten und die Enttäuschung, die bevorsteht, hinaus zu schieben. Doch es folgt das Gefühl, betrogen worden zu sein. Denn entweder hat sich der Partner seit dem ersten Kennenlernen stark verändert oder man selbst hat sich, was seine wahre Natur betrifft, schwer getäuscht. Hendrix beschreibt es so: “You are in pain, and the degree of your pain is the degree of the disparity between your earlier fantasy of your partner and your partner’s emerging reality” (S.80).

In der nächsten Phase, so Hendrix, kommt es zu Verhandlungen, bei denen ein Angebot gemacht wird und ein Art Gegenleistung dafür gefordert wird (Bsp. „Ich werde öfter auf die Kinder schauen, wenn du mich öfter segeln gehen lässt“). Am

Ende des Machtkampfes macht sich ein Gefühl der Verzweiflung breit, da keine Hoffnung mehr besteht, Freude und Liebe innerhalb der Beziehung erfahren zu können. Das führt dazu, dass sich ungefähr die Hälfte der Paare trennen. Wird die Partnerschaft trotzdem nicht beendet, beginnen die Paare, nebeneinander zu leben und ihr Glück außerhalb der Beziehung zu suchen. Sehr wenige, nämlich nur ungefähr fünf Prozent aller Paare, so Hendrix, finden einen Weg, den Machtkampf aufzulösen und eine zutiefst befriedigende Beziehung zu leben.

Hendrix weist darauf hin, dass sowohl die Zeit der Romantischen Liebe als auch die Zeit des Machtkampfes von ein und demselben zugrundeliegendem Thema bestimmt sind: der Suche nach der ursprünglichen Ganzheit.

4.2 DIE BEWUSSTE PARTNERSCHAFT

Hendrix definiert eine bewusste Partnerschaft folgendermaßen:

“a conscious partnership is a relationship that fosters maximum psychological and spiritual growth; it’s a relationship created by becoming conscious and cooperating with the fundamental drives of the unconscious mind – to be safe, to be healed, and to be whole.” (S.88)

Weiters zählt Hendrix zehn Charakteristika einer bewussten Partnerschaft auf:

1. Die Partner realisieren, dass die Liebesbeziehung ein verborgenes Ziel hat – die Heilung der Kindheitswunden.
2. Die Partner machen sich ein genaueres Bild von einander
3. Die Partner übernehmen die Verantwortung, Bedürfnisse und Wünsche dem anderen gegenüber zu kommunizieren
4. Die Partner gestalten ihre Interaktion in konstruktiver Weise
5. Die Partner lernen die Bedürfnisse und Wünsche des anderen in gleicher Weise zu schätzen wie ihre eigenen
6. Die Partner nehmen die dunkle Seite ihrer Persönlichkeit an
7. Die Partner lernen neue Methoden, ihre Grundbedürfnisse zu befriedigen
8. Die Partner suchen in sich selbst nach fehlenden Stärken und Fähigkeiten
9. Die Partner werden sich ihrer Sehnsucht bewusst zu lieben sowie ganz und

mit dem Universum verbunden zu sein

10. Die Partner akzeptieren die Schwierigkeit, eine anhaltende Liebesbeziehung aufzubauen

Hendrix betont an dieser Stelle die Wichtigkeit und das Positive an der Funktion des alten Gehirns, von dem jene unbewusste Sehnsucht ausgeht, den emotionalen Schaden, der aus der Kindheit herrührt, zu reparieren. Dieses unbewusste Ziel kann aber erst durch ein Zusammenwirken des alten Gehirns mit der Intelligenz, der Flexibilität und der Unterscheidungsfähigkeit des neuen Gehirns gelingen.

In einem ersten Schritt Richtung bewusster Partnerschaft und als Voraussetzung für alle weiteren Schritte ist es notwendig, den Willen für Wachstum und Veränderung zu kultivieren, worauf sich Punkt zehn der Charakteristika bezieht. Veränderung erzeugt jedoch sehr oft Angst, da es notwendig ist, gewohnte Routinen zu verabschieden, doch, so Hendrix: "it is only when we see love relationships as a vehicle for change and self-growth that we can begin to satisfy our unconscious yearnings" (S.99).

Während seiner langjährigen Tätigkeit als Paartherapeut hat Hendrix selbst die Erfahrung gemacht, dass sich der Fokus seiner Arbeit weg vom Konflikt zwischen den beiden Individuen hin zu Qualität der Beziehung eines Paares verschoben hat. Erst die Frage, was die Beziehung vom Paar verlangt, habe zu beachtlichen Fortschritten geführt.

Die ersten Schritte in Richtung einer bewussten Partnerschaft umfassen: 1. das Therapeutische Abkommen, 2. die Förderung angenehmer Interaktionen zwischen den Partnern, 3. die Vergrößerung des Wissens über sich selbst und den Partner.

4.2.1 Therapeutisches Abkommen

Diese Abkommen beinhaltet:

1. *Verpflichtung zur Teilnahme*: Beide Partner verpflichten sich zur Teilnahme am therapeutischen Prozess und sind bereit, in zwölf aufeinander folgende

Therapieeinheiten zu kommen. Dies soll verhindern, dass Paare die Therapie aus dem Wunsch nach Angstvermeidung durch das Zutage-Treten unbewusster Inhalte, abbrechen. Dies passiert erfahrungsgemäß in der Zeit vor dem fünften Termin am häufigsten. Es soll aber nicht bedeuten, dass zwölf Sitzungen immer ausreichend sind.

2. *Beziehungsvision*: In diesem zweiten Schritt geht es darum, dass beide Partner überlegen, wie ihre „Wunschbeziehung“ aussehen würde. Das heißt, noch bevor damit begonnen wird, all das aufzuzählen, was in der Vergangenheit und Gegenwart zu Enttäuschungen geführt hat und nicht gut verlaufen ist, soll die Energie des Paares auf die positive Vision gelenkt werden.

Diese Vision zu erreichen, ist Ziel der Imago-Paartherapie. Das Paar wird gebeten, eine Liste positiver Aussagen zu erstellen, die alle mit dem Wort „wir“ beginnen und in der Gegenwart formuliert sind. Beispiel: „Wir genießen unsere Gemeinschaft“ oder „Wir sind finanziell abgesichert“. Innerhalb einer Therapieeinheit ist es möglich, dass jeder seine eigene Vision definiert, die gemeinsamen Elemente herausgearbeitet werden und diese dann zu einem gemeinsamen Ziel kombiniert werden. Das Paar wird gebeten, diese Vision täglich, gleich einer Meditation, zu wiederholen, wodurch sie in das Unterbewusstsein aufgenommen werden soll.

3. *„Verbindlichkeits-Abkommen“*: Das Paar verpflichtet sich, während der ersten zwölf Therapiewochen zusammen zu bleiben, wobei Hendrix dies damit begründet, dass Paartherapie eben nur mit einem Paar möglich ist. Dies soll die Fluchtwege, über die die Partner den therapeutischen Prozess in diesen ersten drei Monaten verlassen könnten, verschließen. Hendrix zählt neben der Trennung des Paares auch Selbstmord, Mord oder psychische Erkrankung zu den Fluchtwegen.
4. *Ausgänge schließen*: Hendrix definiert „Ausgänge“ folgendermaßen: „Basically exits are a way to act out our feelings rather than to put them into words“ (S. 111). So ist es beispielsweise einfacher, täglich bis spät abends zu arbeiten, anstatt seinem Partner zu erklären, dass es einen nicht glücklich macht, abends nach

Hause zu kommen. Dieses Abkommen, kann jedoch nur schrittweise umgesetzt werden, da es auch mit sehr vielen Widerständen verbunden ist.

Hendrix betont, dass alle diese Abkommen idealerweise zu einem größeren Gefühl der Verbindlichkeit führen, nämlich gemeinsam eine Reise anzutreten, die das ganze restliche Leben lang dauern wird. Obwohl diese Entscheidung zumeist nicht am Beginn der Therapie getroffen werden kann, weist Hendrix die Paare auf die Notwendigkeit hin, sich nicht zu trennen, um, wie er sagt, maximales psychologisches und spirituelles Wachstum zu erreichen. Denn: "Ultimately it takes a lifetime together for a couple to identify and heal the majority of their childhood wounds" (S.114).

Das heißt, Hendrix plädiert nicht aus moralischen Gründen für das Versprechen, zusammen zu bleiben „bis dass der Tod uns scheidet“, sondern aus psychologischen. Denn entgegen der stark verbreiteten Meinung, dass Scheidung oder Trennung eines Paares, eine Möglichkeit für persönliches Wachstum eröffnen würde, sieht Hendrix die Chance für Wachstum und Veränderung grundsätzlich innerhalb einer Beziehung gegeben.

4.2.2 Förderung angenehmer Interaktionen zwischen den Partnern

Der nächste Schritt im Rahmen der Imago-Paartherapie besteht darin, den Partnern zu helfen, nicht länger Feinde, sondern Verbündete ineinander zu sehen. Dazu ist es notwendig, im Partner wieder eine Quelle der Freude erkennen zu können und Gefühle aus der Zeit der Romantischen Liebe wieder zu beleben. Aufgabe des Therapeuten ist es dabei, dem Paar zu helfen, die Beziehung neu zu gestalten und von kontraproduktivem Verhalten Abstand zu nehmen. Als Einstimmung in diese Therapiephase dient es, das Paar zu fragen, wie sie sich in der Zeit der ersten Verliebtheit verhalten haben. Darauf aufbauend soll sich das Paar vorstellen, was passieren würde, wenn sie all die Dinge, an die sie sich erinnert haben, wieder tun würden. Obwohl die Vorstellung, etwas zu tun, was nicht den momentanen Gefühlen des Paares entspricht, auf erheblichen Widerstand stoßen kann, ist es wichtig, sie für das Experiment zu gewinnen, da es den Einstieg in die

Therapie erleichtert. Gelingt es den Paaren, mehrmals täglich liebevolle, fürsorgliche Verhaltensweisen dem anderen gegenüber zu zeigen, kann die emotionale Verbindung neu intensiviert werden und dies beschleunigt die Fortschritte, die in der Therapie gemacht werden. Die Übung ist jedoch nicht dazu gedacht, tief sitzende Konflikte zu lösen, sondern sie kann Gefühle der Sicherheit und des Vergnügens wecken und damit ein Anfang für ein wieder größeres Ausmaß an Intimität sein.

Hendrix weist auf drei Gründe hin, warum diese Übung gute Erfolge erzielt:

1. Durch die täglichen Wiederholungen positiver Verhaltensweisen, können im „alten Gehirn“ schmerzvolle Erinnerungen von positiven Erfahrungen überlagert werden. Das heißt, es kann die Information abgespeichert werden, dass der Partner keine, im schlimmsten Fall todbringende, Gefahr darstellt, sondern eine Quelle für Lebendigkeit ist.
2. Dadurch, dass es erforderlich ist, dem Partner ganz genau zu sagen, was einem gefällt, dient die Übung auch dazu, die Annahme, dass der Partner die eigenen Gedanken lesen könnte, aufzuheben. Zusätzlich wird vereinbart, dem anderen etwas Gutes zu tun, ohne eine Gegenleistung zu erwarten.
3. Die Übung hilft auch, sehen zu lernen, dass das, was dem einen gefällt, sehr verschieden sein kann im Vergleich zu dem, was dem anderen Partner gefällt. Dies hilft, die Tatsache zu verstärken, dass es sich um getrennte und jeweils einzigartige Persönlichkeiten handelt.

Die Wirkung liebevoller Verhaltensweisen dem Partner gegenüber, so Hendrix, wird dadurch noch verstärkt, wenn diese überraschend und nicht zu einem erwarteten Zeitpunkt erlebt werden. Um die emotionale Verbundenheit wieder aufzubauen und zu stärken spielt es außerdem auch eine große Rolle, dass Paare wieder Spaß miteinander erleben können. Hendrix dazu: “When the old brain registers a positive flow of energy, it knows that the person associated with the energy is connected to life and safety, and the two people begin to connect with each other on a deeper unconscious level” (S.126).

4.2.3 Das Wissen über sich selbst und den Partner vergrößern

Hendrix weist darauf hin, dass es beispielsweise möglich ist, dass Partner durch die Kritik, die sie durch den anderen erfahren, viel über sich selbst lernen können. So ist es möglich, sich der Frage zu stellen, ob der Kritikpunkt des anderen eventuell Erinnerungen an die Kindheit weckt oder aber auch einen unbewussten Wunsch zum Ausdruck bringt (Bsp.: wenn der Partner dafür kritisiert wird, nicht gut organisiert zu sein, könnte das ein Hinweis für den unbewussten Wunsch sein, selbst weniger organisiert, entspannter, flexibler und spontaner sein zu wollen). Um aber die „innere Welt“ des Partners besser kennenlernen zu können ist es notwendig, so Hendrix, an der Kommunikation zu arbeiten: “You need to train yourself to listen and communicate more effectively” (S.140).

Der Imago Dialog hat dabei eine zentrale Rolle. Die Aufmerksamkeit des Zuhörers liegt dabei ganz auf dem gerade Gesagten. Die eigenen Reaktionen, die sich gewohnheitsmäßig in den Vordergrund drängen wollen, sind unwichtig wodurch es möglich wird, in eine starke Verbindung mit dem Partner zu treten. Gleichzeitig ist es aber auch möglich, in besonders deutlicher Weise wahrnehmen zu können, dass das Gegenüber eine „andere Person“ mit ganz anderen Erfahrungen ist. Diese Differenzierung ist, so Hendrix, eine wesentliche Voraussetzung für eine sichere und intime Beziehung. Hendrix:

“In a healthy relationship, you realize that you live with another person who is not an extension of you (...). Failure to recognize each other’s separate existence is the major source of conflict between partners.” (S.143)

Der Imago Dialog umfasst, wie bereits dargestellt, drei Schritte: 1. Spiegeln, 2. Gelten-Lassen und 3. Mitfühlen, wobei gerade das Spiegeln, so Hendrix, eine zutiefst heilende Wirkung haben kann, da es das Gefühl der Verbundenheit sehr stärkt. Ergänzt durch die Frage „Habe ich dich/alles gehört?“ wird im Sender zusätzlich das Gefühl gestärkt, dass es möglich ist, all das auszusprechen, was zum gegebenen Thema wichtig ist und der zuhörende Partner an diesen Erfahrungen und Informationen wirklich interessiert ist.

Durch die Worte „Ich verstehe was du sagst, und es macht Sinn, weil...“ kann im

zweiten Schritt ausgedrückt werden, dass das Gesagte vom Zuhörer nicht nur gehört wurde, sondern auch Sinn macht und verstanden wird. Am Ende kann gefragt werden: „Hab ich dich gut verstanden?“.

Doch es geht nicht nur darum, den Sinn des Gesagten, sondern auch die damit verbundenen Gefühle gelten zu lassen, was durch die Worte „Ich stelle mir vor, du fühlst dich dabei..“ möglich ist. Die Nachfrage lautet: „Ist es das, was du fühlst?“.

Hendrix geht es jedoch im Rahmen der Imago-Paartherapie auch um die Heilung tiefliegender Wunden aus der Kindheit. Ohne dieses Ziel, so seine Erfahrung als Therapeut, endet das Gefühl der Wiederverliebtheit erneut in einem Machtkampf zwischen den Partnern. Durch die Entwicklung des Dialoges „Bitte um Verhaltensänderung“ sieht Hendrix die Chance gegeben, anhaltende Veränderungen einzuleiten, denn: “In essence, they would be asking them to overcome their most prominent negative traits” (S.168).

Wichtig ist dabei, so Hendrix, dass die Bitte in spezifische, messbare und zeitlich begrenzte Aktivitäten übersetzt wird und dass es sich nicht um einen Vertrag handelt, den die Partner eingehen, sondern dass die Bereitschaft aufgebaut wird einander bedingungslos zu beschenken. Nicht selten jedoch und, so Hendrix, nicht überraschend, ruft das vorrangigste Bedürfnis des einen Partners, den größten Widerstand beim anderen hervor.

Hendrix geht aber davon aus, dass durch die Integration des Dialoges „Bitte um Verhaltensänderung“ in die Beziehung, die heilende Kraft der Liebesbeziehung täglich erfahrbar wird. Wesentlich dabei:

“You have to stop expecting the outside world to take care of you and begin to accept responsibility for your own healing. And the way you do this, paradoxically, is by focusing your energy on healing your partner.” (S.182)

5. PSYCHOTHERAPIE-AUSBILDUNG IN ÖSTERREICH

Seit des Inkrafttretens des Österreichischen Psychotherapiegesetzes im Jahre 1990 unterliegt die Psychotherapie-Ausbildung staatlicher Regelung und gliedert sich in zwei Teile: Psychotherapeutisches Propädeutikum und Fachspezifikum. Durch das Psychotherapiegesetz konnte die Entwicklung Richtung Akademisierung der Psychotherapie, so Stumm und Jandl-Jäger (2006), angekurbelt werden.

Da es möglich ist, aus einer Fülle sogenannter Quellenberufe kommend, sich zum Psychotherapeuten und Psychotherapeutinnen ausbilden zu lassen, entsteht zum einen ein buntes Feld psychotherapeutisch tätiger Personen und zum anderen können diese auch wieder in ihre Quellberufe zurückkehren, falls sie, so Stumm und Jandl-Jäger, „auf Dauer den Belastungen wirtschaftlicher und psychologischer Art nicht gewachsen sind“ (S.34).

5.1 ZEITLICHER UND FINANZIELLER AUFWAND

Im Rahmen des ca. 2 Jahre dauernden Psychotherapeutischen Propädeutikums sollen die aus verschiedenen Quellberufen stammenden Personen, die daran interessiert sind, später als Psychotherapeuten und Psychotherapeutinnen tätig zu sein, auf einen in etwa einheitlichen Wissensstand gebracht werden. Das anschließende Psychotherapeutische Fachspezifikum dauert mindestens 4 bis 6 Jahre abhängig von der erforderlichen Selbsterfahrung und der eigenen praktischen Tätigkeit (mind. 600 Std. psychotherapeutische Arbeit mit Klienten). Zusätzlich, so Stumm und Jandl-Jäger, ist auch die Zeit für ein Praktikum (mind. 550 Std.) einzuplanen, dessen Organisation mitunter Mühe machen kann. Die Ausbildung zum Psychotherapeuten und Psychotherapeutinnen in einer der in Österreich anerkannten Methoden erfordert also einen zeitlichen Aufwand von 6 bis 10 Jahren und einen finanziellen Aufwand von ca. 16.000-45.000 Euro (Stand: April 2006), so Stumm und Jandl-Jäger.

5.2 ANERKANNTE PSYCHOTHERAPIE-METHODEN

Zu den in Österreich gesetzlich anerkannten Psychotherapie-Methoden zählen folgende (Stand: Jänner 2011, Quelle bestNET Informations-Service GmbH, bei Psyonline 2011):

Tabelle 1: Anerkannte Psychotherapie-Methoden in Österreich

| Methoden | Anzahl der in Österreich tätigen Psychotherapeuten |
|--|--|
| Analytische Psychologie | 77 |
| Autogene Psychotherapie | 63 |
| Daseinsanalyse | 12 |
| Dynamische Gruppenpsychotherapie | 189 |
| Existenzanalyse | 173 |
| Existenzanalyse und Logotherapie | 224 |
| Integrative Gestalttherapie | 452 |
| Gruppenpsychoanalyse | 8 |
| Gestalttheoretische Psychotherapie | 62 |
| Hypnosepsychotherapie | 87 |
| Individualpsychotherapie | 187 |
| Integrative Therapie | 89 |
| Katathym Imaginative Psychotherapie | 407 |
| Klientenzentrierte Psychotherapie | 623 |
| Konzentrierte Bewegungstherapie | 59 |
| Personenzentrierte Psychotherapie | 327 |
| Psychoanalyse | 407 |
| Psychodrama | 314 |
| Systemische Familientherapie | 1.467 |
| Transaktionsanalytische Psychotherapie | 124 |
| Verhaltenstherapie | 729 |
| Ohne Zusatzbezeichnung | 1.501 |
| Gesamt | 7.661 |

Achtung: Daten inkl. Mehrfachqualifikationen

6. IMAGOTHERAPIE-AUSBILDUNG ÖSTERREICH

Imago-Paartherapie, so Hendrix (2008), wird in 30 Ländern von mehr als 2.000 Imagotherapeuten und Imagotherapeutinnen angeboten, wobei in Österreich ca. 60 tätig sind. Das Imago Basic Clinical Training ist ein von Dr. Hendrix und Imago Relationship International (IRI) entwickeltes Trainingsprogramm.

6.1 RAHMENBEDINGUNGEN

Die Ausbildung findet in 4 Teilen zu je 4 Tagen statt und kann entweder von Psychotherapeuten und Psychotherapeutinnen oder Gesundheits- bzw. Klinischen Psychologen und Psychologinnen absolviert werden (Clinical Training) oder auch von Personen anderer Gesundheits- oder Sozialberufe (Facilitator-Training). Für die Anmeldung zum Clinical Training wird unter anderem der Nachweis über 150 Stunden absolvierte Einzelsupervision benötigt sowie zwei Referenzschreiben von Kollegen oder Supervisoren. Vorausgesetzt wird, dass an allen vier Teilen vollständig teilgenommen wird sowie während des Trainings zwei Videoaufnahmen der Imago-Arbeit mit Paaren in der eigenen Praxis erstellt und gezeigt werden.

Über die Ausbildung informieren die Leiter derselben auf ihrer Internet-Seite (http://www.brehmsimago.eu/Ausbildung/Imago_Paartherapie_Ausbildung.htm), Mag.(FH) Klaus und Mag.Eveline Brehm. Sie sind die einzigen von Imago Relationship International zertifizierten Ausbilder für den deutschsprachigen Raum und bieten dieses Training für Österreich und Deutschland an. Das Imago Basic Clinical Training ist vom österreichischen Bundesverband für Psychotherapie als Weiterbildung anerkannt.

Die Zertifizierung zum Imagotherapeuten und zur Imagotherapeutin, so die beiden Ausbildungsleiter, kann dann erlangt werden, wenn, zusätzlich zu den 4 Ausbildungsblöcken, bei einem Imago Workshop assistiert wurde, 2 schriftliche Reflexionen über die persönliche und berufliche Entwicklung verfasst wurden

sowie ein Zertifizierungsvideo erstellt wurde, das eine 90 Minuten Imago Sitzung zeigt. Nach der Zertifizierung ist eine regelmäßige Imago Weiterbildung erforderlich, z.B. durch Kongresse, Workshops, Supervisionen etc.

6.2 INHALT DER IMAGOTHERAPIE-AUSBILDUNG

Erster Teil

Im ersten Teil des Clinical Tracks, wird eine Einführung und ein Überblick über die Imago-Paartherapie gegeben.

Weiterer Inhalt ist die Phänomenologie im Sinne der verschiedenen Ebenen der bewussten Wahrnehmung und der Ablauf und das Ziel der ersten Imago Sitzung. Es wird eine Einführung in den Imago-Dialog und eine Vertiefung angeboten, durch die gelernt werden soll, nicht nur auf Inhalte, sondern auch auf Gefühle mehr und mehr zu achten.

Weiters werden die Entwicklungskonzepte der Imago-Paartherapie vorgestellt. Dabei geht es um die Entwicklungsstufen, so Klaus Brehm, die ein Kind durchläuft und in denen bestimmte Entwicklungsaufgaben erfüllt werden müssen. Dafür ist die entsprechend unterstützende Reaktion der Eltern notwendig. Wenn diese nicht in dem Maß stattfindet, wie das Kind es bräuchte, dann bleibt ein „unerfülltes Bedürfnis“ offen. Wir verlieben uns dann in einen Partner, wenn wir die Hoffnung haben, dass dieses unerfüllte Bedürfnis in der Beziehung erfüllt oder geheilt wird.

Weiters wird die sogenannte Wiege, eine Tiefenmethode, erarbeitet, bei der ein Partner den anderen mitfühlend hält und so Schmerzen, Ängste und Trauer aus der Kindheit losgelassen und Schritt für Schritt aufgelöst werden können.

Auch das Imago Supervisionsmodell wird bearbeitet. In diesem Modell, so erläutert Klaus Brehm, wird immer mit dem Wachstum der Therapeuten gearbeitet. Das heißt bestimmte Verhaltensweisen, die wir in der Kindheit gelernt haben, spiegeln sich auch in der Arbeit mit Paaren wieder. Bei dem Imagomodell wird nun in der Supervision daran gearbeitet, eigene Wachstumsschritte zu definieren, die den Therapeuten bei ihrer Arbeit weiterhelfen. Vier Bereiche spielen dabei eine Rolle:

1. Körper (phänomenologische Wahrnehmungen, die zu Interpretationen führen)
2. Wertschätzung (was schätzt der Supervisor an der Arbeit des Therapeuten)
3. technische Vorschläge (welche konkreten Schritte kann der Therapeut setzen, um seine Arbeit weiterzuentwickeln)
4. Wachstumsgeschenk (persönliches Wachstum des Therapeuten).

Am Ende des ersten Teils wird außerdem erarbeitet, wie Imago-Paartherapie Teil der Arbeit in der eigenen Praxis werden kann.

Zweiter Teil

Inhalt sind die Entwicklungsphasen von Paaren bzw. die Phasen von Beziehungen. Weiters wird der Dialog „Bitte um Verhaltensänderung“ dargestellt. Hier geht es darum 1. die Vereinbarung zum Dialog zu treffen, 2. die Wertschätzung dem anderen gegenüber auszudrücken, 3. zu erzählen und zu hören, worin die Frustrationen liegen, 4. die Verbindung zur Kindheit herzustellen, indem die aktuellen Frustrationen mit Erfahrungen aus der Kindheit in Verbindung gebracht werden, 5. die umfassende Sehnsucht auszudrücken (Ich wünsche mir, dass du immer,.. und nie,...sondern immer,...), 6. die Bitten um Verhaltensänderung und 7. die abschließende Wertschätzung („Danke, dass du bereit bist, mir diese Bitte zu erfüllen...“).

In einem nächsten Schritt werden die entwicklungspsychologischen Aspekte zur Entwicklung von Beziehungsfähigkeit erarbeitet, ein Überblick zum Thema Symbiose gegeben sowie Differenzierung und Empathie besprochen.

Im 2. Teil ist auch die Funktion und Veränderung von „Beziehungsexits“ ein Thema (siehe auch 2.5). Im Workshop Arbeitsbuch für Paare von Hendrix und LaKelly Hunt „Soviel Liebe wie du brauchst“ (2009) werden diese Beziehungsausgänge folgendermaßen beschrieben „Manchmal tun wir Dinge, die uns Spaß machen oder uns ein Gefühl von Sicherheit vermitteln, anstatt mit dem Partner über unsere wahren Gefühle zu sprechen“ (S.105). Die Erarbeitung des Dialogs „Exit schließen“ zeigt den Umgang mit solchen Ausgängen, der von Hendrix und Hunt (2009) als „langfristiger und schrittweiser Prozess“ (S.62) beschrieben wird.

Am Ende des 2. Teils steht noch eine Videosupervision der eigenen Imagoarbeit mit Paaren.

Dritter Teil

Es wird das Thema Sozialisation, Entwicklung und Beziehung aufgegriffen. Es wird weiters zum Thema Selbst und dessen Schutzmustern gearbeitet und der Eltern-Kind-Dialog besprochen. Sogenannte „Kernszenen“ der Beziehung sind ebenso Inhalt wie auch der Umgang mit starker Reaktivität. Auch die Wut Container-Übung wird erlernt, in der starke Gefühle wie Wut oder Ärger in einer sicheren Struktur bearbeitet werden können. Dadurch, so Hendrix und Hunt (2009), können diese Gefühle für Wachstum und Veränderung genutzt werden. Ziel der Übung ist es, zu lernen „mit dem Partner über die eigenen Frustrationen rechtzeitig und in einer positiven Art zu sprechen, bevor Spannungen und Gefühle so massiv sind, dass eine konstruktive Form der Bearbeitung nicht mehr möglich ist“ (S.75). Es gibt je nach Frustrationsgröße verschiedene Varianten der Übung. Was beispielsweise den Ablauf der Übung „Containment Tage“ betrifft, wird von dem Paar die gemeinsame Entscheidung getroffen, über einen Zeitraum von 90 Tagen hinweg, abwechselnd die Verantwortung dafür zu übernehmen, so Hendrix und Hunt, „jede kleine Frustration mit dem IMAGO Dialog zu bearbeiten“ (S.74). Die Rollen werden täglich getauscht, sodass einmal ein Partner Empfänger ist und jede Frustration des anderen durch Spiegeln, Gelten lassen und Mitfühlen beantwortet, am nächsten Tag ist es dann umgekehrt. Sonntage werden ausgenommen.

Ein weiteres Thema des 3. Ausbildungsteiles ist das „Wiederverlieben in der Partnerschaft“. Dabei wird das Paar in einem ersten Schritt ermutigt, derzeitiges Verhalten aufzulisten, Verhalten, so Hendrix und Hunt, das „spezifisch, konkret, positiv und mit einer gewissen Regelmäßigkeit passiert“ (S.80). Im zweiten Schritt gilt es, sich an früheres Verhalten zu erinnern, wie es beispielsweise in der Phase der Verliebtheit erlebt wurde. Und im letzten Schritt geht es darum, das unerfüllte Verlangen bzw. die geheimen Wünsche zu benennen. Ziel ist es dabei, dieses

spezifische, konkrete und positive Verhalten, das in allen drei Schritten aufgelistet wurde dafür zu nützen, eine gemeinsame Sprache der Liebe zu entwickeln, die von Freiwilligkeit, aber nicht dem Gefühl, Pflichten erfüllen zu müssen, geprägt ist. Auch eine Überraschungsliste mit Verhaltensweisen oder Dingen von denen man weiß, dass sie dem Partner angenehm sein werden sowie eine Liste von Aktivitäten, die Spaß und Freude machen, können dazu dienen, das Wiederverlieben in der Partnerschaft zu fördern.

Auch am Ende des 3. Ausbildungsteiles steht eine Videosupervision der eigenen Imagoarbeit mit Paaren.

Vierter Teil

Inhalt ist das Thema Vergebung und Veränderung. Weiters der Abschieds-Dialog sowie das „positive Überfluten“. Die zukünftigen Imagotherapeuten und Imagotherapeutinnen sollen weiters lernen, wie einem Paar geholfen werden kann, eine neue Vision für die Partnerschaft zu entwickeln. Ziel der Visionsarbeit ist es, so Hendrix und Hunt (2009), ein klares Bild ihrer „Traumbeziehung“ zu schaffen, erlittene Kindheitsverletzungen zu heilen und das „verlorene Selbst“ wieder zu finden (S.88).

Auch die Anwendung verschiedener Imagomethoden in einer Imagositzung („Seemless Flow“), die Arbeit mit gleichgeschlechtlichen Paaren, sowie generell die Haltung und Einstellung als Imago-Paartherapeut, ist Inhalt der letzten Ausbildungseinheit.

Abschließend wird die eigene Imagoarbeit mit Paaren noch einmal mittels Videoaufzeichnung supervidiert.

7. THEORIE DER PAARBEZIEHUNG

Wenn man unter Beziehung grundsätzlich den „Grad der Verbundenheit oder der Distanz zwischen Individuen, die in einem sozialen Prozess vereint sind“ (Meyers Großes Taschenlexikon, 2001), versteht, so lässt sich die Paarbeziehung so beschreiben: „Allgemein gesprochen erwächst die Beziehung zwischen zwei Personen, die eine Partnerschaft eingehen und in ihr leben, aus den wiederkehrenden Interaktionen, die zwischen diesen Personen stattfinden“ (Schneewind, Graf u. Gerhard in Kaiser 2000, S.97).

7.1 PAARENTWICKLUNG

7.1.1 Voraussetzungen

Willi (1985) beschreibt folgende Rahmenbedingungen und Voraussetzungen, die ganz allgemein bei der Bildung eines Beziehungsprozesses mitspielen:

1. „Es müssen zeitliche und örtliche Rahmenbedingungen vorliegen, in denen ein Gespräch stattfinden kann;
2. es müssen Bereiche gemeinsamer Ansprechbarkeit zwischen den Beziehungspersonen vorliegen, welche das Eingehen einer Beziehung ermöglichen;
3. die Beziehungspersonen müssen mittels einer gemeinsamen Sprache miteinander kommunizieren können, um damit
4. ein gemeinsames Thema etablieren zu können, das sich zur dialektischen Ausdifferenzierung eignet“ (S.218).

7.1.2 Phasen der Kontaktaufnahme

In Kaiser (2000) beschreibt Tramitz den Erstkontakt zwischen Mann und Frau und unterteilt die Phasen des Kontaktes in folgender Weise:

1. Die Aufmerksamkeitsphase

In dieser Zeit der Kontaktaufnahme steht eine Palette von Äußerlichkeiten im Vordergrund. Die Attraktivität des Gegenübers lenkt dabei die Aufmerksamkeit,

da noch keine anderen Informationen über die Person vorliegen. Attraktive Menschen erleben, so Tramitz, den Vorteil, dass ihnen bereits aufgrund ihres Aussehens positivere Eigenschaften zugeschrieben werden. Wird wechselseitig erkannt, dass der andere Interesse signalisiert, kommt es zur nächsten Phase.

2. Die Erkennungsphase

Wird der Kontakt zu einer fremden Person gesucht, um beispielsweise Sympathie zu erwecken oder sich über etwas auszutauschen, ist dies nicht selten von einem Gefühl der Unsicherheit oder Scheu begleitet, da es nicht sicher ist, wie das Gegenüber reagieren wird. Die Furcht vor sozialer Zurückweisung begleitet diesen, nicht selten angespannten, Moment.

3. Die Gesprächsphase

Diese Phase der Interaktion ist ein kritischer Abschnitt der Begegnung, so Tramitz, da mit dem ersten gesprochenen Wort, Interesse am anderen zum Ausdruck gebracht wird und nicht sicher ist, welche Resonanz auf deren Klang und Inhalt zu erwarten ist. Fragen und Antworten am Beginn dieser Phase dienen vor allem der Intensivierung des Kontaktes wodurch der Inhalt nicht selten eine untergeordnete Rolle spielt. Bereits in den ersten 30 Sekunden des Kontaktes wird vor allem durch den Blickkontakt Unterlegenheit oder Dominanz erkennbar, so Tramitz, aber auch ein geringes Interesse am anderen zeichnet sich bereits in diesen ersten Momenten ab.

4. Die sexuelle Erregungsphase

In dieser Phase beginnt Körperkontakt eine Rolle zu spielen, wodurch auch häufig Schwierigkeiten entstehen, da Männer und Frauen, so Tramitz, sehr unterschiedlich auf Berührungen reagieren. Das Ausmaß der Vertrautheit spielt hier ebenso eine Rolle wie der Wunsch nach Dominanz. Wesentlich, so der Autor, scheint in dieser Phase die Frage zu sein, welches Ziel hinter dem Werbeverhalten steht. So kann der Wunsch nach einer kurzfristigen Partnerschaft, einem sexuellen Abenteuer oder einer langfristigen Partnerschaft bestehen, wobei es zu großen Enttäuschungen kommen kann, falls erkannt

werden muss, dass sich die Wünsche der Partner nicht decken.

5. Die Bindungsphase

In dieser Phase, in der auch die geschlechtliche Vereinigung vollzogen wird, spielt das Phänomen der Liebe und Anziehungskraft eine wesentliche Rolle und die in den Anfangsphasen viel beachteten Verhaltensaspekte, so Tramitz, verlieren an Bedeutung.

Der Autor verweist an dieser Stelle auf die Liebesformen, wie sie von Lee (1988) beschrieben wurden:

1. Eros: Erotik spielt eine zentrale Rolle und am Beginn der Beziehung besteht eine sehr starke körperliche Anziehung, denn, so Lee, "this lover is aware that his or her ideal partner is rare" (S.43). Diese Liebesform kann sich über die Zeit in eine entspannte Partnerschaft wandeln, die dann eine Mischung aus Eros und Storge darstellt.
2. Storge: Dabei handelt es sich um eine freundschaftliche Form der Liebe, die sich langsam über die Zeit entwickelt. Die Partnerwahl passiert nicht bewusst und ist nicht davon geprägt, jemanden zu finden, der äußerlich dem eigenen Ideal entspricht, denn, so Lee, "This lover is not looking for love" (S.44). Nicht selten begegnen sich zwei Menschen dieser Liebesform, weil sie sich für die selben Aktivitäten interessieren und zu dem Schluss kommen, dies in Zukunft gemeinsam tun zu können.
3. Ludus: bei dieser Liebesform dominiert kein Idealbild des anderen und es besteht keine Bereitschaft, sich um die Entwicklung nur einer Liebesbeziehung zu bemühen. Diese Liebesform kann als pluralistisch bezeichnet werden und nicht selten wird dies auch ehrlich zugegeben. Lee: "Ludus can be played as an open game, with the lover honestly warning the partner that there are other irons in the fire" (S.44).

Die weiteren Liebesformen ergeben sich durch verschiedene Kombinationen der ersten drei Grundformen:

4. Mania: eine widersprüchliche Mischung aus Eros und Ludus lässt diese besitzergreifende Form der Liebe entstehen, bei der Eifersucht eine große Rolle spielt und ein starkes Bedürfnis danach besteht, immer wieder die Liebe des Partners zugesagt zu bekommen.
5. Agape: diese Mischung aus Eros und Storge stellt eine selbstlose, gebende, altruistische Form der Liebe dar. Der Liebende sieht es gewissermaßen als Pflicht zu lieben wodurch stärker eine Willensleistung zum Ausdruck kommt und weniger Gefühle gezeigt werden.
6. Pragma: diese Kombination von Ludus und Storge lässt eine Liebesform entstehen, die vor allem durch den Wunsch nach praktischen Alltagsqualitäten beim Partner gekennzeichnet ist. Bei der Partnerwahl spielt die Kompatibilität beispielsweise in Bezug auf den religiösen, politischen und sozialen Hintergrund aber auch auf gemeinsame Hobbies oder Sportinteressen eine Rolle.

Tramitz verweist jedoch auch darauf, dass noch nicht hinreichend bekannt ist, welche Rolle der Verlauf der ersten drei Phasen auf die Ausprägung der späteren Liebesform hat.

7.1.3 Phasen einer normativen Paarentwicklung

Die Phasen einer normativen Paarentwicklung aus lebenslanger Perspektive und die damit verbundenen Entwicklungsaufgaben lassen sich wie folgt zusammenfassen (Kaiser 2000):

Tabelle 2: Normative Paarentwicklung

| Phasen der Paarentwicklung | Entwicklungsaufgaben |
|--|---|
| Paare in der Frühphase ihrer Beziehung | <ul style="list-style-type: none"> - Lernen zusammenzuleben - Klärung der Aufgabenteilung zwischen den Partnern - Abgrenzung gegenüber konkurrierenden Beziehungen - Sicherstellung des Lebensunterhalts als Paar - Einigung zur Frage der Familienplanung |
| Paare mit kleinen Kindern | <ul style="list-style-type: none"> - Anpassung des Paarsystems an die Pflege und Betreuung eigener Kinder - Differenzierung zwischen Partner- und Elternrolle - Ausübung einer funktionsfähigen Elternallianz |
| Paare mit älteren Kindern und Jugendlichen | <ul style="list-style-type: none"> - Aufrechterhaltung einer stabilen und befriedigenden Paarbeziehung - Anpassung an den Beziehungswandel im Umgang mit älter werdenden Kindern - Entlassen der Kinder in die Eigenständigkeit |
| Paare in der nachelterlichen Phase | <ul style="list-style-type: none"> - Aushandeln eines neuen Verständnisses der Paarbeziehung nach dem Weggang der Kinder - Neuorientierung des Lebensstils als Person und Paar - Integration neuer Aufgaben und Rollen im Kontakt mit den erwachsenen Kindern |
| Paare in der späten Lebensphase | <ul style="list-style-type: none"> - Anpassung an veränderte zeitliche Rahmenbedingungen von Gemeinsamkeit nach dem Ausscheiden aus dem Arbeitsleben - Auseinandersetzung mit Gebrechlichkeit bzw. Tod des Partners - Klärung testamentarischer Verfügungen gegenüber den Nachkommen |

7.1.4 Paarbeziehungstypen

Ein genauerer Blick auf den Verlauf der Beziehungsentwicklung von Paaren zeigt, dass es nicht ausreicht, zwischen glücklichen und unglücklichen Paaren zu unterscheiden. Durch die Analyse prospektiver Längsschnittstudien fand zum Beispiel Gottman (1995,1999) heraus, dass man zwischen drei funktionalen

Paarbeziehungstypen unterscheiden kann.

Die „Konstruktiven“, die „Impulsiven“ und die „Konfliktvermeidenden“. Gottman definiert diese drei Arten der Problemlösung, zu denen gesunde Ehen bzw. Paarbeziehungen neigen, folgendermaßen:

„In einer konstruktiven Ehe schließen die Paare häufig Kompromisse und lösen ihre Problem ruhig und zur beiderseitigen Zufriedenheit. In einer konfliktvermeidenden Ehe akzeptieren die Paare ihre Meinungsverschiedenheiten und setzen sich ihnen selten direkt aus. In einer impulsiven Ehe brechen häufig Konflikte aus und führen zu leidenschaftlichen Auseinandersetzungen.“ (S.31)

Wesentlich, so Gottman, ist, dass alle drei Formen gleichermaßen stabil und ein gutes Zeichen für die Zukunft einer Ehe sind. Der größte Unterschied, der zwischen den drei Typen nachgewiesen werden konnte, bezieht sich auf ihr Verhalten im Zuge einer Auseinandersetzung. Gottman (1998): “Volatile couples had the most persuasion attempts and began them almost immediately; validators waited to begin their persuasion attempts until the middle of the conversation; and conflict avoiders avoided all persuasion attempts” (S.184).

7.1.5 Balance Theorie

Die Qualität des partnerschaftlichen Zusammenlebens muss durch zumindest zwei Dimensionen charakterisiert werden, so Bertoni und Bodenmann (2010) und dies sind negative Dimensionen (Bsp. Konflikte, negative Eigenschaften) und positive (Bsp. Liebe, positive Eigenschaften).

Als theoretische Basis, um die sich Gottman's Typologie organisiert, dient die sogenannte „behavioral balance theory of marriage. Diese geht von folgender Grundannahme aus (Gottmann 1993): “(...) marriages function with a kind of set point that balances positivity with negativity (...) The assumption (...) is that the set point makes a difference in predicting the future course of the marriage“ (S.6).

Die Relation zwischen positiven und negativen Interaktionen, auch bekannt als „Gottman-Konstante“ ist besonders aussagekräftig um aufzuzeigen, dass in allen drei Typen eine in etwa gleich hohe Zufriedenheit mit der Paarbeziehung besteht. Sie liegt bei glücklichen Paaren bei 5:1 oder darüber was bedeutet, dass ein

negativer Verhaltensaustausch zwischen den Partnern durch mindestens fünf positive Interaktionen aufgewogen werden muss, um die Zufriedenheit nicht zu gefährden.

Der Ausgleich wird jedoch in jedem der drei stabilen Paartypen verschieden erreicht. Bei „Impulsiven“ beschreibt es Gottman (1993) beispielsweise so: „... the adaptation includes a lot of negativity. This tends to be balanced by a lot of laughter, positive presentation of issue, and a passionate, romantic marriage“ (S.12).

Bei unglücklichen Paaren sinkt der Quotient auf einen Wert von 1 oder darunter.

7.1.6 Kommunikationsmuster unglücklicher Paare

Zusätzlich zeigen unglückliche Paare, so Gottman (1994), im Vergleich zu glücklichen ein beziehungsbeeinträchtigendes Kommunikationsmuster mit folgenden verbalen bzw. non-verbalen Charakteristika (aus Kaiser 2000):

Tabelle 3: Kommunikationsmuster unglücklicher Paare

| Kommunikations-Muster | Charakteristika |
|-----------------------|--|
| Kritik | <p>Verbale Aspekte: Kritische Bemerkungen, Ablehnung, Widerspruch, etc.</p> <p>Non-verbale Aspekte: Gereizte Stimme, etc.</p> |
| Defensivität | <p>Verbale Aspekte: Entschuldigungen bei gleichzeitigen Rechtfertigungen, Gegenanklagen oder Gegenwürfe und Gegenkritik, „Ja-Aber-Äußerungen“, Schuldabweisungen, etc.</p> <p>Non-verbale Aspekte: Kleinlaute oder erhöhte Stimme, verkrampftes Lächeln, abgewandte Körperhaltung, verschränkte Arme, etc.</p> |

| Kommunikations-Muster | Charakteristika |
|-----------------------|--|
| Verächtlichkeit | <p>Verbale Aspekte: Sarkastische oder zynische Bemerkungen, feindseliger Humor, Beleidigungen, Sachen, die dem Partner wichtig sind, abwerten oder lächerlich machen, etc.</p> <p>Non-verbale Aspekte: Sich vom Partner abwenden, Augen verdrehen, auf den Partner runterblicken, Mundwinkel zusammenziehen, eisiger oder höhnischer Tonfall, etc.</p> |
| Rückzug | <p>Verbale Aspekte: Nicht vorhanden</p> <p>Non-verbale Aspekte: Keine Antworten geben, Blickkontakt vermeiden, abweisende Körperhaltung, kein Feedback in Mimik oder Gestik, Automutilation (Spielen mit Fingern, Haaren etc.), wobei der Partner völlig ignoriert wird.</p> |

In einer prospektiven Längsschnittstudie konnte Gottman (1993) herausfinden, dass man zwischen zwei instabilen Paarbeziehungstypen unterscheiden kann.

1. Feindselig-engagierte Partnerschaften (hostile-engaged couples). Diese sind konfliktbeladen und beide Partner reagieren auf Kritik sehr offensiv. Für die häufigen Konflikte gibt es jedoch selten konstruktive Lösungen
2. Feindselig-distanzierte Partnerschaften (hostile-detached couples). Diese Partner ziehen sich voreinander zurück, wirken gefühlsmäßig unbeteiligt und Konflikte werden nicht ausgetragen.

Die Möglichkeit, durch paartypologische Analysen, funktionale und dysfunktionale Paarbeziehungen unterscheiden zu können, stellt einen sehr wesentlichen Beitrag für paartherapeutische Interventionen dar.

7.2 ERFOLGSBEDINGUNGEN VON PARTNERSCHAFTEN

Der Begriff einer „erfolgreichen Partnerschaft“ ist nicht zur Gänze objektiv definierbar sondern unterliegt einer subjektiven Einschätzung, die wiederum unterschiedliche, von Kultur, Religion, Politik und Wirtschaft beeinflusste allgemeine

Meinungen widerspiegelt. Trotz der Vielfalt möglicher Definitionen, so Braukhaus, Heike und Hahlweg in Kaiser 2000, besteht eine allgemeine Übereinkunft darin, dass es durch eine Partnerschaft zu einem „Zuwachs an Zufriedenheit und Glück“ (S.173) kommen sollte. Zudem hat sich ein Mittel der Einschätzung etabliert, das als sogenanntes „Terman-Item“ bekannt wurde. Dabei handelt es sich um die subjektive Einschätzung der Partnerschaftszufriedenheit auf einer 6-stufigen Likert-Skala von 1 (sehr unglücklich) bis 6 (sehr glücklich). Es bleibt jedoch die berechtigte Frage offen, so Braukhaus, Heike und Hahlweg, ob die Abwesenheit von Unzufriedenheit bedeutet, dass Zufriedenheit besteht.

Neben der Partnerschaftszufriedenheit spielt auch die Partnerschaftsstabilität eine entscheidende Rolle. Dabei handelt es sich um ein Konstrukt, so Braukhaus et al., das „über die Dauer einer Beziehung bis zur Trennung“ (S.174) definiert werden kann. Tatsache ist, so die Autoren, dass eine erfolgreiche Partnerschaft nicht auf einfache kausale Zusammenhänge zurückgeführt werden kann: „Die Komplexität des Phänomens Partnerschaft erfordert (...) das Vorhandensein von Modellen, die wechselseitig abhängige Variablen annehmen und ihre gegenseitige Beeinflussung beschreiben“ (S.189).

Das Ablaufmodell von Gottman (1994), erfüllt das Kriterium der wissenschaftlichen Überprüfbarkeit und Richtigkeit. Kernstück des Modells ist die Triadische Wechselwirkung zwischen drei Bereichen:

1. Kommunikation im Regulierungsverhältnis 1:5, d.h. eine negative Intervention wird durch fünf positive ausgeglichen. Ein subjektiver Ausgleich führt zu Zufriedenheit, was Stabilität zur Folge hat.
2. Wahrnehmung, die durch Attributionen gesteuert wird
3. physiologische Reaktionen (Erregung oder Beruhigung)

Bei dauerhafter Belastung, z.B. zuviel negativer Kommunikation, kommt es zu Wechselwirkungen und das System gerät aus der Balance. Dies kann sich an dauerhaft negativen Attributionen zeigen, die Distanz und Isolation zwischen den Partnern herbeiführen. In Folge wird die Beziehungsgeschichte uminterpretiert

und auch Vergangenes als schlecht betrachtet. Die Scheidung bildet den Endpunkt dieses Prozesses.

Dieses Modell bildet einen sehr gut verständlichen Erklärungsansatz, der häufig mit den Erfahrungen der Paare übereinstimmt (z.B. körperliche Erregung oder Änderung der Wahrnehmung) und der über die Forschung hinaus auch im Rahmen des therapeutischen Handelns eine Perspektive schafft, die darin liegt, dass durch positive Kommunikation Balance bestehen bleiben oder wieder gewonnen werden kann.

8. FORSCHUNG ZUR PAARTHERAPIE

Forschung, ganz allgemein, bedeutet, die Dinge, wie sie sich momentan darstellen, in Frage zu stellen. Weiß der Forschende, was er sucht, muss er es konkret beschreiben können, um die anschließenden Beobachtungen klassifizieren zu können (Operationalisierung). Auf der Beobachtungsebene, so Ringler (in Hochgerner & Wildberger, 2000), entstehen dabei unweigerlich Einschränkungen, die jedoch in der Interpretation der Beobachtungen berücksichtigt werden.

8.1 WIRKSAMKEITSFORSCHUNG

Forschung in der Paartherapie, wie in der Psychotherapie generell, dient mehreren Zielen. Zu diesen zählen, so Ringler, der Erkenntnisgewinn, die Rechtfertigung, aber auch die Durchsetzung politischer Strategien sowie der Machtzuwachs von Forschungseinrichtungen und deren Zielen. Ziel der Forschung ist außerdem die Qualitätssicherung und das Qualitätsmanagement.

Doch ein Blick auf die Geschichte zeigt, dass die Forschung zur Wirksamkeit von Psychotherapie, bei der operationalisierbare theoretische Konstrukte generiert und in messbare Datenmengen übertragen werden, seit bedeutend kürzerer Zeit betrieben wird als Psychotherapie selbst.

Grawe u.a. (1994) findet in diesem Zusammenhang sehr deutliche Worte: „Über Jahrzehnte hin herrschten in der Psychotherapie gleichsam mittelalterliche, vorwissenschaftliche Verhältnisse. In den letzten zwei bis drei Jahrzehnten hat so etwas wie eine Aufklärung begonnen, eine im eigentlichen Sinne wissenschaftliche Psychotherapie. Glauben wird allmählich durch Wissen ersetzt, abergläubische Rituale durch wissenschaftliches Handeln“ (S.1).

Was den wissenschaftlichen Entwicklungsprozess betrifft, unterscheidet Grawe (in Hochgerner 2000) folgendermaßen:

1. psychotherapeutische Theorien erster Generation

Diese sogenannten Ursprungstheorien liegen den verschiedenen

Therapieschulen zugrunde und können nicht als wissenschaftliche Theorien per se angesehen werden, da sie, so Grawe, „kein definiertes empirisches Relativ hatten und haben“ (S.55). Diese Theorien dienen auch nicht zur Erklärung dafür, wie psychotherapeutische Veränderung stattfindet. Ihre historische Funktion sieht der Autor jedoch darin, „den Erfahrungsbereich Psychotherapie zu konstituieren“ (S.57) d.h. es existieren viele Erfahrungen darüber, welche psychotherapeutischen Vorgehensweisen zu welchen Veränderungen bei den Patienten führen.

2. psychotherapeutische Theorien zweiter Generation

Diese Theorien gehen darüber hinaus, eine neue Perspektive einzunehmen aus der dann bestimmte Phänomene oder Zusammenhänge erkennbar werden (Perspektivtheorien). Es handelt sich vielmehr um wissenschaftliche Erklärungstheorien. Dazu müssen alle gesicherten Erfahrungen darüber, welches therapeutische Vorgehen zu welchen Wirkungen führt, in die Erklärung einbezogen werden und, so Grawe, „es geht nicht an, sich auf diejenigen Vorgehensweisen zu beschränken, die den eigenen Überzeugungen nahe stehen“ (S.58).

Vier Wirkfaktoren können laut Grawe (2000) aus dem Gesamtergebnisstand der psychotherapeutischen Prozess- und Wirksamkeitsforschung abgeleitet werden. Jeder dieser Faktoren ist dabei durch hunderte von Forschungsergebnisse abgestützt (siehe Grawe et al. 1994):

1. Ressourcenaktivierung

Der Patient erfährt sich in der Therapie in seinen positiven Seiten und Stärken wodurch er an seine positiven Möglichkeiten, Eigenarten, Fähigkeiten und Motivationen anknüpfen kann (die zwischenmenschlichen Beziehungen des Patienten z.B. zählen zu den wichtigsten Ressourcen, die für den therapeutischen Veränderungsprozess genutzt werden können)

2. Problemaktualisierung

Problematische, Leid verursachende Bedeutungen können am wirksamsten verändert werden, wenn, so Grawe, die Bedeutungen in der Therapie real

zum Erleben gebracht werden (Bsp. Paarprobleme unter Einbeziehung beider Partner)

3. Aktive Hilfe zur Problembewältigung

Der Patient wird vom Therapeuten aktiv dabei unterstützt oder auch direkt angeleitet, mit einem bestimmten Problem besser fertig zu werden (Bsp. Kommunikations- und Problemlösetraining mit Paaren)

4. Motivationale Klärung

Dabei spielt die Frage eine Rolle, warum der Patient so empfindet, warum er sich so und nicht anders verhält. Das heißt, der Therapeut hilft dem Patienten dabei, sich über die Bedeutung seines Erlebens und Verhaltens (im Hinblick auf bewusste und unbewusste Ziele und Werte) klarer zu werden.

Diese vier Wirkfaktoren können als empirisch gesicherte Elemente angesehen werden. Gesicherte Fakten jedoch, so betont Grawe, bedürfen im Rahmen einer wissenschaftlichen Psychotherapie der Erklärung durch Theorien. Ein ständiger Austausch zwischen Empirie und Theorie ist damit die Folge und kennzeichnet die vom Autor beschriebene Allgemeine Psychotherapie.

8.1.1 Effektstärke

In den 80er und 90er Jahren des 20. Jahrhunderts begann die verstärkte Beschäftigung mit Psychotherapieevaluationen. Dies dokumentiert sich, so Heekerens (in Kaiser 2000), durch die damals entstandenen Sekundäranalysen zur Wirksamkeit von Psychotherapie.

Meist handelt es sich bei Sekundäranalysen um Meta-Analysen nach der erstmals von Smith&Glass 1977 verwendeten Effektstärkenmethode durch die es möglich ist, Ergebnisse verdichtet darzustellen. Bortz (1985) dazu: „Einen Unterschied, der zwischen zwei Populationen (...) mindestens bestehen muß, um von einem praktisch bedeutsamen Unterschied sprechen zu können, bezeichnet man als Effektgröße“ (S.158).

Effektstärke oder Effektgröße bezeichnet also ein statistisches Maß, das die Größe eines Effektes angibt. Ein Effekt (oder auch Wirkung) liegt vor, wenn in

einem (zugehörigen) statistischen Test die Nullhypothese (=kein Effekt) abgelehnt wird. In der empirischen Forschung interessiert jedoch nicht nur, ob ein Effekt da ist (Ablehnung der Nullhypothese) oder nicht (Annahme der Nullhypothese), sondern auch wie groß der Effekt ist.

Effektstärken lassen sich grob folgendermaßen klassifizieren (Cohen, 1977, zit. bei Heckerens): groß (0,80 und mehr), mittel (0,50-0,79) und gering (0,20-0,49). Wie lässt sich nun aber feststellen, ob Psychotherapie bzw. Paartherapie wirkt? Im folgenden sollen zwei Methoden beschrieben werden, die darauf eine Antwort geben können.

8.1.2 Effizienzstudien

Im Rahmen von Effizienzstudien (effizient (lat.) besonders wirksam und wirtschaftlich, leistungsfähig, Meyers Großes Taschenlexikon 2001), die, so Seligman (in Hochgerner & Wildberger, 2000), eine hochkomplexe Methodologie aufweisen, erfolgen Behandlungen unter stark kontrollierten Bedingungen mit sorgfältig ausgewählten Patienten, um im Anschluss den Vergleich mit anderen Therapiemethoden oder Kontrollgruppen zu ermöglichen.

Im Idealfall, so Seligman, umfasst das Vorgehen folgende Schritte:

1. Patienten werden nach dem Zufallsprinzip entweder der Behandlungs- oder der Kontrollgruppe zugeordnet
2. Zusätzlich zu den Kontrollgruppen ohne Behandlung werden Kontrollgruppen mit Placebo-Behandlung (mit potentiell therapeutischen Elementen) gebildet
3. Die Behandlung ist standardisiert und wird mittels Videoaufnahmen überprüft
4. Die Zahl der Sitzungen ist festgelegt
5. Zielergebnisse werden sorgfältig operationalisiert
6. Sowohl der Auswerter als auch der Diagnostiker weiß nicht, aus welcher Gruppe der Patient kommt
7. Patienten zeigen nur eine einzige diagnostizierte Störung
8. Nach der Behandlung erfolgt die Einschätzung der Patienten über eine gewisse Zeit mittels umfassender Testbatterie

Liefert eine Effizienzstudie positive Ergebnisse, kann eine Behandlungsmethode als „empirisch validiert“ betrachtet werden. Dies erfordert einen hohen Kosten- und Zeitaufwand, hat aber auch Vorteile, die Seligman folgendermaßen beschreibt: „Effizienzstudie (...) erhöhen die Sensitivität und bieten deshalb eine Entscheidungsgrundlage für die optimale Behandlung einer Störung“ (S.32). Dieses Vorgehen lässt jedoch die Frage außer Acht, was in der Praxis tatsächlich wirkt.

8.1.3 Effektivitätsstudien

Effektivität (effektiv (lat.), tatsächlich, wirklich, Meyers Großes Taschenlexikon 2001), ist allgemein dann erreicht, wenn das definierte Ziel erreicht wurde. Effektivitätsstudien erheben die Erfahrungen der Patienten unter den realen Bedingungen in der Praxis und, so Seligman, liefern damit eine brauchbare und glaubwürdige „empirische Validierung“ von Psychotherapie. Die Tatsache, so Seligman, dass beispielsweise langfristige dynamische Behandlungen, Familientherapie und eklektische Psychotherapie nicht mit Effizienzstudien messbar sind („...weil sie das Paradigma der Effizienzstudien sprengen“, S.33), darf nicht automatisch mit der Annahme einhergehen, dass es sich dabei um wirkungslose Methoden handle. Psychotherapie, wie sie tatsächlich praktiziert wird, kann durch Effizienzstudien nicht untersucht werden, da sie, so Seligman, „zu viele Elemente der Praxis nicht berücksichtigen“.

Dazu zählt er:

1. Psychotherapie hat keine festgelegte Dauer
2. In der Psychotherapie gibt es eine so genannte Selbstkorrektur (wirkt eine Technik nicht, versucht man es mit einer anderen Technik bzw. Verfahren)
3. In der Praxis bemüht sich ein Klient nach genauer Information aktiv um die Behandlung durch den selbst gewählten Therapeuten
4. In der Praxis haben Klienten meist vielfache Probleme
5. In der Praxis ist es das Ziel, über die Behandlung der aktuellen Störung hinaus auch die Gesamtfunktion des Klienten zu verbessern

Doch auch die Psychotherapie, wie sie tatsächlich durchgeführt wird, kann wissenschaftlich untersucht werden. Die methodischen Grundlagen dafür sind jedoch andere. Evaluationsstudien unter Feldbedingungen haben, so Heekerens (in Kaiser 2000), meist den Charakter katamnestischer Studien. Das heißt, dass die Untersuchung durch den Rückblick der Befragten möglich wird. Trotz der höheren externen Validität durch die Feldnähe hat diese Vorgehen natürlich auch seine Schwächen. Diese zeigen sich besonders dann, wenn die Untersuchung retrospektiv geplant ist, es nur einen Messzeitpunkt gibt, keine Vergleichsgruppe existiert aber auch durch eine globale Erfolgseinschätzung. Katamnestische Studien, so Heekerens, führen weiters häufig zu einer Überschätzung der Wirksamkeit von Psychotherapie im allgemeinen aber auch von Paar- und Familientherapie, da aus den Ergebnissen oftmals nicht klar hervorgeht, wem oder was sie zuzuschreiben sind.

8.2 EFFEKTIVITÄT EINZELNER PAARTHERAPIE-PROGRAMME ANERKANTER PSYCHOTHERAPIERICHTUNGEN

Generell, so Scheib und Balck (in Wirsching 2002), kann Paartherapie zur Reduktion von Konflikten in der Partnerschaft und zur Erhöhung der Ehezufriedenheit nützen.

Bis 1998, so Heekerens, gibt es drei publizierte Meta-Analysen zur Wirksamkeit von Paartherapie:

1. Hahlweg und Markman (1988), nur behaviorale Paartherapie (Behavioral Couple/Marital Therapy: BCT/BMT), 17 bis 1984 veröffentlichte (quasi-) experimentelle (meist experimentelle) Studien, Dissertationen ausgeschlossen;
2. Shadish, Montgomery, Wilson, Wilson, Bright und Okwumabua (1993), Paartherapie allgemein, 62 bis 1988 veröffentlichte experimentelle Studien, Dissertationen eingeschlossen;
3. Dunn und Schwebel (1995), 15 bis 1993 veröffentlichte experimentelle Studien, Dissertationen ausgeschlossen.

Weiters führt Heekerens drei neuere kritische Übersichten über die

Wirksamkeitsforschung im Bereich der Paartherapie an (Baucom u.a. 1998, Sandberg u.a 1997 und Wesley und Waring, 1996) und schließt auch alle Evaluationsstudien, die über die Datenbanken Psyndex und Psycinfo/Psyclit bis 1998 auffindbar waren, mit ein, um zu folgendem Resümee zu kommen:

1. Psychoanalytische Paartherapie

Über die Wirksamkeit von verschiedenen Einzelansätzen aus der psychodynamischen Tradition lässt sich, so Heekerens, sinnvollerweise wenig sagen, da sie „nicht klar konturiert“ (S.411) sind.

2. Klientenzentrierte Paartherapie

Dazu findet sich bei der zusammenfassenden Skizze von Heekerens keine Stellungnahme.

3. Systemische Paartherapie

Die Wirksamkeit des systemischen Ansatzes wurde mit einer Effektstärke von 0,62 ausgewiesen (wobei hier fraglich ist, ob die Zahl der herangezogenen Studien ausreichend ist)

4. Behaviorale Ansätze in der Paartherapie

Die Wirksamkeit der klassisch behavioralen Paartherapie wurde nachgewiesen. Die Effektstärke liegt bei 0,95 (hier wie auch an anderer Stelle in Bezug auf den Posttest).

5. Emotionsfokussierte Paartherapie

Die Wirksamkeit dieser Paartherapie liegt bei 1,37 (festgestellt durch die Dyadic Adjustment Scale und andere Instrumente) was aus einer genügenden Anzahl voneinander unabhängigen Stichproben hervorgeht. Das gibt, so Heekerens, „allen Anlaß zu der Einschätzung, die Emotions-Fokussierte Paartherapie sei nicht weniger wirksam als behaviorale Paartherapie“ (S.411).

6. Freiburger Streßpräventionstraining für Paare

Dazu findet sich bei der zusammenfassenden Skizze von Heekerens ebenfalls keine Stellungnahme.

9. EMPIRISCHE STUDIEN ZUR IMAGOTHERAPIE

Imagotherapie ist einer von vielen therapeutischen Ansätzen, die entwickelt wurden, um Paaren mit Schwierigkeiten in ihrer Beziehung zu helfen. Die Entwicklung der Theorie ist stark mitgeprägt durch philosophische Einflüsse sowie durch die Intuition der Begründer, Dr. Hendrix und Dr. LaKelly Hunt. Hendrix, pastoraler Seelsorger und Professor für Ehe- und Familientherapie, entwickelte, so Beeton (2005), mit seiner Frau zusammen ein Konzept der Imagotherapie, das als Synthese psychologischer Theorien und westlicher Spiritualität zu verstehen ist. Sein Buch, *Getting the Love You Want: A Guide for Couples* (2008), wurde für eine breite Öffentlichkeit verfasst, um das Konzept der Therapie ganz allgemein vorzustellen und auch um Übungen anzubieten, die Paaren dabei helfen können, Imago Fertigkeiten in ihren Beziehung anzuwenden.

Obwohl das Konzept dieses therapeutischen Ansatzes bereits vielen Menschen nahe gebracht werden konnte (über 8.000 Menschen haben zwischen 1998 und 2005 an Workshops teilgenommen, Beeton S.3), gibt es wenige empirische Untersuchungen, die die Wirksamkeit von Imagotherapie untermauern könnten. Luquet und Hannah (1996), zertifizierte Imagotherapeuten, beschreiben diese Tatsache:

“Therapists utilizing Imago Relationship Therapy (IRT; Hendrix, 1988) with couples often report significant improvement in couples’ marital functioning, as demonstrated by the quality of communication, problem-solving skills, and the level of marital satisfaction. Up to this point, however, there has been no empirical evidence to support such observations.” (S.67)

Die Tatsache jedoch, dass die Wirksamkeit von Imagotherapie bis zum damaligen Zeitpunkt keine empirische Überprüfung erfahren hat, könne, so die beiden Imagotherapeuten, auch aus gesundheitspolitischen Überlegungen nicht akzeptiert werden. “Given the increasing emphasis of the health care industry on therapeutic efficacy, treatment models claiming to make an impact on various aspects of mental health, including marital functioning, will have to provide documentation of their effectiveness” (S.67).

9.1 EINE STUDIE ZUR KURZZEIT-IMAGOTHERAPIE UND IHREN AUSWIRKUNGEN AUF DAS INDIVIDUELLE STRESSEMPFINDEN UND DAS STRESSEMPFINDEN IN DER PARTNERSCHAFT

Mit dieser Studie ist es Hannah, Luquet, McCormick, Galvin, Ketterer, May, Hayes und Kot (1997) erstmals gelungen, eine Evaluation von Imagotherapie durchzuführen, bei der mehrfache Messungen sowohl in Bezug auf die individuellen Veränderungen als auch in Bezug auf Veränderungen der Beziehung gemacht wurden.

Das Modell der Kurzzeit-Imagotherapie (6-8 Sitzungen) wurde von Luquet (1996) entwickelt und konnte in einer Pilot-Studie (Luquet & Hannah, 1996) in Bezug auf seine Wirksamkeit bestätigt werden.

9.1.1 Methodik

18 zertifizierte Imagotherapeuten waren ursprünglich bereit, das Projekt zu unterstützen. Dazu sollte sich jeder der Therapeuten über den genauen Ablauf einer Kurzzeit-Imagotherapie informieren und diese Form dann in seiner Praxis bei fünf Paaren anwenden. Zur Zielgruppe zählten heterosexuelle Paare, die zuvor noch nie in Imagotherapie waren. Keiner der Partner durfte sich während der Untersuchung in Einzeltherapie befinden. Weiters wurde eine Kontrollgruppe gebildet, die keiner Behandlung unterzogen wurde, um sicher zu stellen ob irgendwelche Veränderungen der Experimentalgruppe aufgrund anderer Faktoren als der Kurzzeit-Imagotherapie entstehen konnten. Dazu wurden Leute kontaktiert, die in der Zeit zwischen Jänner und Mai 1996 beim Journal of Imago Relationship Therapy um Informationen über Imagotherapie gebeten haben. Die auf der Liste befindlichen Personen wurden angerufen, wobei das Ziel, 20 Personen für das Projekt zu gewinnen, erreicht werden konnte. Teilnehmer der Kontrollgruppe mussten denselben Kriterien entsprechen wie die Teilnehmer der Experimentalgruppe und außerdem einer Befragung zu zwei Zeitpunkten zustimmen (um eine Parallele zur Vorher-Nachher-Untersuchung der Experimentalgruppe zu bilden).

9.1.2 Ablauf

Therapeuten: um die Einheitlichkeit der Behandlung sicher zu stellen, wurden die teilnehmenden Therapeuten folgendermaßen instruiert: zum einen mussten sie das Manual zur Kurzzeit-Therapie lesen, das die einzelnen Schritte jeder Therapiesitzung beschreibt und Hausaufgaben für die Paare bietet. Über die Anzahl von Therapie-Einheiten (zwischen 6 und 8) konnten die Therapeuten selbst entscheiden. Weiters sollten die Therapeuten eine Videoaufnahme ansehen, die eine Imago Kurzzeit-Therapie zeigt, die vom Autor des Manuals abgehalten wird und wurden instruiert, sich in Folge möglichst genau an dieses Modell zu halten. Die Teilnehmer wurden außerdem gebeten, Supervision in Anspruch zu nehmen, die während der ersten Wochen der Untersuchung durch telefonische Kontaktaufnahme möglich war. In einer späteren Phase der Untersuchung konnten die Teilnehmer der Experimentalgruppe immer dann Kontakt zu den Versuchsleitern aufnehmen, wenn sie ihn benötigten.

Versuchsgruppe: Die Paare der Versuchsgruppe füllten vor der ersten Untersuchungseinheit einen Fragebogen aus. Danach erhielten sie die Imago-Kurzzeit-Therapie. Zwei Wochen nach Abschluss der Therapie wurden die Paare gebeten, den selben Fragebogen nochmals auszufüllen.

Kontrollgruppe: Die Paare dieser Gruppe erhielten per Post einen Fragebogen pro Person mit einer Instruktion, wie dieser ausgefüllt werden sollte, sowie frankierte Rücksendekuverts. Zusätzlich wurde die Telefonnummer der Versuchsleiter angegeben, an die sich die Teilnehmer der Kontrollgruppe bei auftretenden Fragen wenden konnten. Ungefähr sechs Wochen bis zwei Monate später wurde der Kontrollgruppe der zweite Fragebogen (dem ersten ident) per Post zugesandt, ebenfalls mit einem frankierten Rücksendekuvert.

9.1.3 Messinstrumente, die Persönlichkeit betreffend

1. The Narcistic Personality Inventory (NPI, Raskin, 1980, zit. bei Hannah 1996) umfasst 40 Items die Narzismus in der Normalpopulation messen. Dieser

Fragebogen wurde gewählt, da Imagotherapie einen Fokus darauf legt, narzistische („symbiotische“) Tendenzen in einer Paarbeziehung einzuschätzen und zu mindern.

2. COMPASS (Howard u.a., 1995, zit. bei Hannah 1996) wurde entwickelt um den Fortschritt von Einzeltherapie messen zu können. In dieser Studie findet COMASS Anwendung, um die Wirkung von Imagotherapie in Bezug auf die Verringerung von individuellen Stresssymptomen messen zu können.

9.1.4 Beziehungsstatus und Kennzeichen der Anpassung

1. The Relationship Maturity Index (RMI; White u.a 1989, zit. bei Hannah, 1996) ist eine Skala, die auf einem speziellen Modell der Reife in intimen Beziehungen beruht. Der durch ein adaptiertes paper-pencil Format (ursprüngl. Interview) gewonnene Wert, zeigt die Reife der Partner entlang einer Dimension mit drei Niveaus (selbst-zentriert, rollenzentriert und individualisiert-verbunden). Dieses Messinstrument wurde gewählt, um einschätzen zu können, wie die Partner vor und nach der Therapie in einer individualisiert-verbundenen Weise in Beziehung stehen, eine Weise, die durch Imagotherapie unterstützt wird.
2. Dyadic Adjustment Scale (DAS; Spanier, 1976): dabei handelt es sich um ein Messinstrument mit 32 Items, das die Qualität einer Beziehung erfasst. Der Gesamtwert bildet sich durch die Summe aus vier Subskalen (dyadische Zufriedenheit, dyadischer Zusammenhalt, dyadische Übereinstimmung und affektiver Ausdruck).
3. The Imago Intentionality Measure (IIM; Hannah et al.; 1996). Dieser Fragebogen mit 11 Items ist nach den Prinzipien einer Likert-Skala aufgebaut und mißt die Häufigkeit, mit der die Partner Imago-Fertigkeiten anwenden. Die Summe über alle 11 Items bildet den Gesamtwert, wobei höhere Werte darauf hinweisen, dass die Imagofertigkeiten häufiger angewendet werden.

9.1.5 Ergebnisse

Vollständige Ergebnisse liegen von 21 Paaren der Experimentalgruppe vor, jedoch nur von zwei Paaren der Kontrollgruppe. Es war daher nicht möglich statistische Analysen und Vergleiche zwischen den beiden Gruppen zu berechnen. Die vorliegenden Ergebnisse beziehen sich daher nur auf die Prae- und Post-Tests in der Experimentalgruppe wobei alle Testungen in Bezug auf den Beziehungsstatus und die Kennzeichen der Anpassung statistisch signifikante Unterschiede in Richtung einer Verbesserung ergaben. Die Effektgröße beim Relationship Maturity Index, bei der Dyadic Adjustment Scale ($d=0,92$) und dem Imago Intentionality Measure ($d=0,91$) konnte (nach den Kriterien von Cohen) als groß angegeben werden.

Das Narcistic Personality Inventory zeigte keine signifikanten Veränderungen während auf der Skala „Wohlbefinden“ des COMPASS wiederum signifikante Veränderungen festgestellt werden konnten ($d=0,67$). Auch auf der Skala „Symptome“ des COMPASS zeichneten sich Veränderungen ab, da der durchschnittliche Wert von 31,7 auf 24,0 sank womit der Hinweis auf einen zumindest leichten positiven Einfluss durch die Therapie gegeben ist.

Insgesamt können trotz der geringen Stichprobengröße sowie den fehlenden Daten der Kontrollgruppe statistisch signifikante Veränderungen und mittlere bis starke Effekte beobachtet werden, was jedoch aus klinischer Sicht nur ein Hinweis auf leichte Verbesserungen ist.

Die Studie macht deutlich, dass weitere Forschungsarbeit erforderlich sein wird um entsprechende Schlüsse ziehen zu können, wobei die Autoren abschließend bemerken: “Still, we consider our findings an encouraging indication of the efficacy of short-term Imago Therapy for relieving both intrapersonal and relationship distress in at least a subset of couples seeking treatment” (S.62).

10. ZUSAMMENFASSUNG UND AUSBLICK

Bisherige Untersuchungen sprechen zwar für die Wirksamkeit von Paartherapie allgemein, wie die Darstellung im theoretischen Teil jedoch gezeigt hat, wurde die Wirkung von Imagotherapie bislang nur unzureichend untersucht. Erste Ergebnisse der beschriebenen Studie zur Kurzzeit-Imagotherapie in den USA (Hannah et al., 1997) zeigen allerdings, dass wenige Therapieeinheiten in Bezug auf die Beziehungsqualität relativ große Wirkung haben können, jedoch der Einfluss auf die Persönlichkeit erwartungsgemäß niedrig ist.

In der vorliegenden Untersuchung wird daher den Fragen nachgegangen, wie Imago-Paartherapie die Partnerschaftsqualität von in Österreich lebenden Paaren verändert und ob es in Bezug auf die Wirkung Unterschiede zwischen Männern und Frauen gibt. Untersucht wird auch, wie sich Imago-Skills durch die Therapie verändern und wieweit soziodemographische Variablen sowie die Persönlichkeitsstruktur damit in Zusammenhang stehen.

EMPIRISCHER TEIL

11. ZIELSETZUNG

Der empirische Teil geht in Untersuchung 1: „Untersuchung der Definition der Begriffe Imago und Imagotherapie durch Imagotherapeuten“ der Frage nach, wie weit Imagotherapeuten und -therapeutinnen in Österreich inhaltlich mit der Bedeutung des Imago-Begriffes übereinstimmen und diese theoretische Konzeption in ihr therapeutisches Handeln integriert sehen.

In Untersuchung 2: „Untersuchung der Veränderung von Paarbeziehungen im Rahmen einer imagotherapeutischen Intervention“ geht es um die Frage, welche Auswirkungen Imagotherapie auf die Qualität von Paarbeziehungen sowie die Ausbildung der Imago-Skills hat und ob das Geschlecht, das Alter und andere soziodemographische Variablen sowie die Persönlichkeitsstruktur einflussnehmende Faktoren darstellen.

12. METHODIK

12.1 UNTERSUCHUNGSPLAN

In Untersuchung 1 (N=12) wurden alle Imagotherapeuten und -therapeutinnen Österreichs gebeten teilzunehmen, da es sich bei dieser Stichprobe um Experten in punkto Theorie der Imagotherapie handelt und um möglichst repräsentative Daten zu erhalten. Als Messinstrument diente eine Sammlung aus Zitaten von Jacobi (1940), weil dadurch die konzeptionelle Übereinstimmung der Imagotherapeuten und -therapeutinnen mit der zugrunde liegenden Bedeutung des von C.G. Jung geprägten Imago-Begriffes erfasst werden konnte. Die Möglichkeit für zusätzliche schriftliche Angaben der Therapeuten und -innen sollte dazu dienen, die jeweiligen Antworten ausführlich begründen und präzisieren zu können.

In Untersuchung 2 (N=14) umfasste das Meßinstrument Fragen zur Person, zur Qualität der Paarbeziehung, zur Imagotherapie und zur Persönlichkeit. Durch diesen 4-teiligen Fragebogen sollte ein umfassendes Bild der jeweiligen Personen gewonnen werden, wobei zwei Teile, nämlich die Fragen zur Qualität der Paarbeziehung und zur Imagotherapie, am Ende erneut vorgegeben wurden, um mögliche Veränderungen erkennbar werden zu lassen. Was die Durchführung der Untersuchung betrifft wurden sieben Imagotherapeuten und -therapeutinnen gebeten, die Fragebögen an ihre Klienten und Klientinnen auszugeben.

Da es sich bei dieser Untersuchung um eine Pilotstudie handelt, durch die festgestellt werden sollte, ob durch Imagotherapie Veränderungen erzielt werden können, gab es keine Kontrollgruppe.

12.2 UNTERSUCHUNGSSTICHPROBEN

In Untersuchung 1 bestand die Stichprobe aus 12 Imagotherapeuten wobei das Geschlecht und andere demographische Variablen nicht erfragt worden waren um die Anonymität zu gewährleisten. Telefonate und e-Mail Kontakte mit der Forschungsbeauftragten und der Präsidentin der Gesellschaft für Imagotherapie

sowie ein offizieller Hinweis auf das Projekt in einer Aussendung der Gesellschaft hatten das Ziel, eine möglichst große Zahl an Untersuchungsteilnehmern und -teilnehmerinnen zu erreichen.

Die Stichprobe in Untersuchung 2 umfasste 14 Personen aus Graz, Wien und Linz im Alter zwischen 35 und 69 Jahren. Diese Untersuchung wurde durch telefonische und e-Mail-Kontaktaufnahmen zu einzelnen Therapeuten und -innen vorbereitet und beworben. Diese waren bereit, Fragebögen an ihre Klienten und -innen auszugeben bzw. lieferten auch Hinweise auf weitere Therapeuten und -innen, die ebenfalls bereit waren, das Projekt zu unterstützen.

12.3 MESSINSTRUMENTE

Für Untersuchung 1 wurden 14 Zitate aus dem Werk von Jacobi (1940) ausgewählt, die den Imago-Begriff, wie er von C.G. Jung gebraucht wurde, beschreiben. Zur besseren Übersicht dient eine Kurzbezeichnung pro Zitat:

1. Seelenbild
2. Projektion
3. Partnerwahl
4. Innerpsychische Verfassung
5. Komplexität
6. Wunschpartner
7. Inkongruenz
8. Gegengeschlechtliche Vorzeichen
9. Wahre Natur
10. Bewußt-Machen
11. Emotionen
12. Tiefe Liebe
13. Richtige Distanz
14. Persönlichkeitserweiterung

Die Zitate konnten jeweils durch die Kategorien „stimme zu“, „stimme eher zu“,

„stimme eher nicht zu“ und „stimme nicht zu“ beantwortet werden. Zusätzlich wurden die Imagotherapeuten und -therapeutinnen gebeten, sich etwas Zeit zu nehmen und möglichst ausführlich zu begründen, warum sie in der jeweiligen Weise auf das Zitat geantwortet haben.

Der für Untersuchung 2 verwendete Fragebogen besteht aus vier Teilen:

1. Fragebogen zur Partnerschaft (31 Items)
2. Fragebogen zur Imagotherapie (11 Items)
3. Fragebogen zur Persönlichkeit (30 Items)
4. Soziodemographischer Fragebogen (9 Items)

12.3.1 Fragebogen zur Partnerschaft

Der Partnerschaftsfragebogen (PFB) von Hahlweg (1996) wurde zur differentiellen Einschätzung der Ehequalität entwickelt und, so Hahlweg, dient vor allem zur Diagnose und Therapieevaluation in der Paartherapie, „kann aber auch (...) für Forschungszwecke verwendet werden“ (S.7). Durch den PFB ist eine Differenzierung in drei Skalen möglich: Streitverhalten, Zärtlichkeit und Gemeinsamkeiten/Kommunikation. Durch 30 verschiedene Items hatten die Befragten die Möglichkeit, die Häufigkeit der 30 beschriebenen Situationen durch die Antwortmöglichkeit nie/sehr selten, selten, oft, sehr oft einzuschätzen. Ein zusätzliches Item diente zur globalen Glückseinschätzung (Terman-Rating).

Mit der Skala Streitverhalten, so Hahlweg, wird folgendes erfasst:

„Verhaltensweisen (...), die vom Partner während eines Konfliktes oder eines Streites gezeigt werden können und nicht einer Konfliktlösung dienlich sind.“ (S.7)

Itembeispiel:

„Er/sie bricht über Kleinigkeiten einen Streit vom Zaun“

Die Skala Zärtlichkeit erfasst:

„...Verhaltensweisen, die den direkten Körperkontakt der Partner zum Gegenstand haben. Neben diesem physischen Ausdruck von Zärtlichkeiten werden verbale

„Äußerungen, in denen die Partner ihre positiven Gefühle zueinander umschreiben, erfragt.“ (S.7)

Itembeispiel:

„Er/sie berührt mich zärtlich, und ich empfinde es als angenehm“

Die Skala Gemeinsamkeit/Kommunikation beschreibt:

„Aktivitäten (...), die von beiden Partnern gemeinsam ausgeführt werden und die die Verbundenheit mit dem Partner kennzeichnen, darüber hinaus werden kommunikative Aspekte erfasst.“ (S.7)

Itembeispiel:

„Wir schmieden gemeinsam Zukunftspläne“

Die Entscheidung für diesen Fragebogen liegt darin begründet, dass er sich in vielen anderen empirischen Untersuchungen als reliabel erwiesen hat. Aufgrund der erfüllten Gütekriterien und der kurzen Vorgabenzeit von nur 31 Items erfüllt der Fragebogen auch das Kriterium der Ökonomie.

12.3.2 Fragebogen zur Imago-Paartherapie

Der Imago Intentionality Measure (IIM) von Hannah (1996), umfasst, so Beeton (2006), 11 Items einer 5-stufigen Likert-Skala, durch die die Häufigkeit erfasst werden kann, mit der eine Person Imago Fertigkeiten zeigt. Dazu zählt unter anderem die Anwendung des Imago Dialogs, einfühlsames und fürsorgliches Verhalten, der Wunsch nach Verhaltensänderung oder das Einlassen auf Spaß mit dem Partner und die Entwicklung neuer Verhaltensweisen (S.62). Die Kodierung der Antwortkategorien (nie, selten, öfter, häufig, immer) erfolgte von eins bis fünf.

Itembeispiel:

„Wie oft zeigen Sie ihrer Partnerin/ihrem Partner, dass sie ihr/ihm gut zugehört haben, indem Sie das wiederholen, was sie/er gesagt hat?“

Die Entscheidung für diesen Fragebogen liegt darin begründet, dass er sich

bereits in vorangegangenen Untersuchungen (Luquet et al. 1996) als reliabel erwiesen hat. Die kurze Vorgabezeit von nur 11 Items erfüllt außerdem das Gütekriterium der Ökonomie.

12.3.3 Fragebogen zur Persönlichkeit

Die Kurzform des NEO-Fünf-Faktoren-Inventars (NEO-FFI) nach Costa & McCrae mit 30 Items, ist ein faktorenanalytisch konstruiertes Fragebogenverfahren zur Erfassung individueller Merkmalsausprägungen. Die Bereiche sind Neurotizismus, Extraversion, Offenheit für Erfahrung, Verträglichkeit und Gewissenhaftigkeit.

Die Kodierung der Antwortkategorien (starke Ablehnung, Ablehnung, Neutral, Zustimmung, starke Zustimmung) erfolgte von null bis vier.

Die Skala Neurotizismus erfasst individuelle Unterschiede in der emotionalen Stabilität und der emotionalen Labilität und darf nicht als Versuch, eine psychische Störung zu diagnostizieren, missverstanden werden. Es handelt sich um eine Persönlichkeitseigenschaft in der alle Menschen sich graduell voneinander unterscheiden. Personen mit hoher Ausprägung berichten häufiger, sie seien leicht aus dem seelischen Gleichgewicht zu bringen und berichten von negativen Gefühlszuständen und Sorgen.

Itembeispiel:

„Zu häufig bin ich entmutigt und will aufgeben, wenn etwas schief geht“

Die Skala Extraversion erfasst Geselligkeit aber auch Selbstsicherheit, Aktivität und Gesprächigkeit. Personen mit hohen Punktwerten in dieser Skala beschreiben sich auch als energisch, heiter und optimistisch.

Itembeispiel:

„Ich habe gerne viele Leute um mich herum“

Die Skala Offenheit für Erfahrung erfasst das Interesse an neuen Erfahrungen, Erlebnissen und Eindrücken sowie das Ausmaß der Beschäftigung mit diesen. Personen mit hohen Punktwerten besitzen häufig ein reges Phantasieleben,

können eigene positive und negative Gefühle besonders deutlich wahrnehmen und sind an vielen persönlichen und öffentlichen Vorgängen interessiert.

Itembeispiel:

„Mich begeistern die Motive, die ich in der Kunst und in der Natur finde“

Personen mit hohen Werten in der Skala Verträglichkeit begegnen anderen mit Verständnis, Wohlwollen und Mitgefühl und sind bemüht, diesen zu helfen. Außerdem besteht eine Neigung zu zwischenmenschlichem Vertrauen, zur Kooperativität, zur Nachgiebigkeit und es besteht ein starkes Bedürfnis nach Harmonie.

Itembeispiel:

„Ich versuche, stets rücksichtsvoll und sensibel zu handeln“

Die Skala Gewissenhaftigkeit erfasst unter anderem Zielstrebigkeit, Ehrgeiz, Fleiß, Willensstärke, Genauigkeit und Zuverlässigkeit.

Itembeispiel:

„Ich bin eine tüchtige Person, die ihre Arbeit immer erledigt“

Die Entscheidung für diesen Fragebogen liegt darin begründet, dass er sich in vielen anderen empirischen Untersuchungen als reliabel erwiesen hat. Aufgrund der erfüllten Gütekriterien und der kurzen Vorgabenzzeit von nur 30 Items erfüllt der Fragebogen auch das Kriterium der Ökonomie.

12.3.4 Soziodemographischer Fragebogen

Die neun Items des Soziodemographischen Fragebogens erfassen:

1. Geschlecht
2. Alter (in Jahren und Monaten)
3. Höchste abgeschlossene Schulbildung (z.B. Pflichtschulabschluss, Lehrabschluss, Matura)

4. Berufstätigkeit
5. Familienstand
6. Dauer der Ehe oder des Zusammenlebens
7. Gesamtzahl der Kinder
8. Die Frage, ob schon einmal ein Imago-Paarworkshop besucht wurde
9. Die Frage nach der momentanen persönlichen Einschränkung durch die Partnerschaft

12.4 DURCHFÜHRUNG DER UNTERSUCHUNG

Im Zuge der Untersuchung 1 wurden im Herbst 2010 an 56 österreichische Imago-therapeuten und -therapeutinnen Fragebögen samt frankierten Rücksendeküverts geschickt. Kurz zuvor wurde in einer e-Mail Aussendung der Imago Gesellschaft Österreich auf das Projekt aufmerksam gemacht und um rege Teilnahme geworben. Der Inhalt der Befragung war zuvor mit der Forschungsbeauftragten der Gesellschaft abgesprochen worden. Aufgrund des geringen Rücklaufs von nur neun Bögen und einem zusätzlichen Brief, wurde durch eine e-Mail an alle Therapeuten und Therapeutinnen nochmals auf die Befragung aufmerksam gemacht und um Rücksendung der Bögen gebeten. Darauf hin wurden noch zwei weitere Fragebögen zurückgeschickt. In einem letzten Aufruf zur Beteiligung wurde der Fragebogen nochmals auf elektronischem Weg ausgesandt um die Möglichkeit zu eröffnen, sich den Bogen nochmals selbst auszudrucken (diese Idee kam durch den Hinweis eines Therapeuten zustande, dass er bereit wäre den Bogen noch auszufüllen, dieser aber nicht mehr auffindbar wäre). Leider konnte der Rücklauf dadurch nicht weiter erhöht werden.

Im Rahmen der Untersuchung 2 wurde eine Stichprobe von 20 Personen angestrebt, die sich in Imago-Paartherapie befanden. Dazu wurde seit Frühling 2010 der Kontakt zur Imago Gesellschaft Österreich aufgebaut, die das Projekt auch aus eigenem Interesse an Forschungstätigkeit befürwortet und unterstützt hat. Durch den Kontakt zu Imagotherapeuten und -therapeutinnen in den USA, Dr.

Beeton und Dr. Luquet, konnte ein Messinstrument ausfindig gemacht werden, der bereits beschriebene Imago Intentionality Measure, der ein wesentlicher Teil des Gesamtfragebogens wurde.

Es haben sich insgesamt sieben Imagotherapeuten und -therapeutinnen in Graz, Wien und Linz bereit erklärt, im Zeitraum zwischen Dezember 2010 und April 2011 die Fragebögen an ihre Klienten und -innen auszugeben. Zur Instruktion der Therapeuten und -innen trug ein zu den Bögen beigelegtes Informationsblatt beim aber auch zahlreiche e-Mail Kontakte, Telefonate und zwei persönliche Treffen. Durch die Kooperationsbereitschaft der Therapeuten und -innen war es auch möglich, die Zahl der ausgegebenen Fragebögen von anfänglich 26 auf letztlich 63 zu erhöhen. Außerdem haben sich zwei Therapeuten bereit erklärt, das Projekt zu unterstützen, die nicht von der Versuchsleiterin sondern von ihren Kollegen darauf angesprochen wurden. Da der Beginn einer Paartherapie nicht selten in einer sehr konfliktreichen oder von starken Krisen geprägten Zeit liegt, wurde der erste Teil der Befragung in den meisten Fällen retrospektiv ausgefüllt. Das heißt, die Paare haben sich noch einmal an den Anfang der Therapie-Zeit zurückerinnert und dem nach die Fragen beantwortet. Der zweite, kürzere Teil der Befragung hat sich dann auf den Ist-Stand der Partnerschaft bzw. die Anwendung der Inhalte der Imagotherapie bezogen.

12.5 FRAGESTELLUNGEN UND HYPOTHESEN

12.5.1 Fragestellungen

Die Fragestellungen lassen sich in zwei Themenbereiche einteilen:

12.5.1.1 Die drei Dimensionen der Partnerschaftsqualität

1. Streitverhalten

Gibt es einen Unterschied im Streitverhalten der beiden Partner am Beginn und am Ende der Imago Paartherapie.

Besteht ein Unterschied zwischen Männern und Frauen hinsichtlich des

Streitverhaltens am Beginn und am Ende der Imago-Paartherapie.

Gibt es einen Zusammenhang zwischen Beziehungsdauer, Kinderzahl sowie dem bereits absolviertem Imago-Workshop und dem Streitverhalten.

Gibt es einen Zusammenhang zwischen der Fähigkeit zuzuhören, zu verstehen und sich einzufühlen und dem Streitverhalten vor und nach der Therapie.

Gibt es einen Zusammenhang zwischen Neurotizismus und dem Streitverhalten und wie unterscheiden sich Männer und Frauen diesbezüglich.

2. Zärtlichkeit

Gibt es Unterschiede in Bezug auf Zärtlichkeit vor und nach der Imago-Paartherapie.

Unterscheiden sich Männer und Frauen hinsichtlich der Zärtlichkeit vor und nach der imagotherapeutischen Intervention.

Gibt es einen Zusammenhang zwischen dem Alter der Klienten und -innen, der Beziehungsdauer, der Kinderzahl, dem Alter der Kinder und der Zärtlichkeit.

Gibt es einen Zusammenhang zwischen der Fähigkeit zuzuhören, zu verstehen und sich einzufühlen und der Zärtlichkeit zwischen den Partnern.

Besteht ein Zusammenhang zwischen Extraversion und Zärtlichkeit vor und nach der Imago Paartherapie.

3. Kommunikation

Gibt es Unterschiede in der Qualität der partnerschaftlichen Kommunikation vor und nach der Imago-Paartherapie.

Unterscheiden sich Männer und Frauen in Bezug auf ihrer Kommunikation vor und nach der Imago-Paartherapie.

Gibt es einen Zusammenhang zwischen Beziehungsdauer, Kinderzahl und -alter und der Kommunikation.

Besteht ein Zusammenhang zwischen Extraversion sowie Verträglichkeit und der Kommunikation.

12.5.1.2 *Imago Skills*

Gibt es einen Unterschied in der Ausprägung der Imago-Skills vor und nach der Imago-Paartherapie sowie Unterschiede zwischen Männern und Frauen.

Gibt es einen Zusammenhang zwischen dem Ausmaß der persönlichen Einschränkung und der Ausprägung der Imago-Skills.

Gibt es einen Zusammenhang zwischen der persönlichen Einschränkung und der Partnerschaftsqualität generell.

Gibt es einen Unterschied in der Veränderung der Imago-Skills in Bezug auf das Alter der Klienten und -innen und die Beziehungsdauer.

12.5.2 Hypothesen zu den drei Dimensionen der Partnerschaftsqualität

H1: Es gibt einen statistisch signifikanten Unterschied im Streitverhalten der beiden Partner am Beginn und am Ende der Imago-Paartherapie.

H2: Es gibt einen statistisch signifikanten Unterschied in Bezug auf die Zärtlichkeit vor und nach der Imago-Paartherapie.

H3: Es gibt einen statistisch signifikanten Unterschied in Bezug auf Gemeinsamkeiten/Kommunikation vor und nach der Imago-Paartherapie.

H4: Es gibt einen statistisch signifikanten Unterschied zwischen Männern und Frauen in Bezug auf das Streitverhalten am Beginn und am Ende der Imago-Paartherapie.

H5: Es gibt einen statistisch signifikanten Unterschied zwischen Männern und Frauen hinsichtlich der Zärtlichkeit vor und nach der Imago-Paartherapie.

H6: Es gibt einen statistisch signifikanten Unterschied zwischen Männern und Frauen in Bezug auf die Gemeinsamkeiten/Kommunikation vor und nach der Imago-Paartherapie.

H7: Es gibt einen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen a) Beziehungsdauer, b) Kinderzahl sowie c) dem bereits absolvierten Imago-Workshop und dem Streitverhalten vor und nach der Imago-Paartherapie.

H8: Es gibt einen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen a) dem Alter der Klienten, b) der Beziehungsdauer, c) der Kinderzahl, d) dem Alter der Kinder und der Zärtlichkeit vor und nach der Imago-Paartherapie.

H9: Es gibt einen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen a) Beziehungsdauer, c) Kinderzahl und d) Alter der Kinder und Gemeinsamkeiten/ Kommunikation vor und nach der Imago-Paartherapie.

H10: Es gibt einen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen Neurotizismus und dem Streitverhalten und einen statistisch signifikanten Unterschied zwischen Männern und Frauen diesbezüglich.

H11: Es gibt einen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen Extraversion und der Zärtlichkeit vor und nach der Imago-Paartherapie.

H12: Es gibt einen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen a) Extraversion sowie b) Verträglichkeit und Gemeinsamkeiten/ Kommunikation vor und nach Imago-Paartherapie.

12.5.3 Hypothesen zu den Imago Skills

H13: Es gibt einen statistisch signifikanten Unterschied in der Ausprägung der Imago-Skills vor und nach der Imago-Paartherapie sowie Unterschiede zwischen Männern und Frauen diesbezüglich.

H14: Es gibt einen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen der Veränderung der Imago-Skills und a) dem Alter der Klienten und -innen und b) der Beziehungsdauer.

H15: Es gibt einen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen der Fähigkeit a) zuzuhören, b) zu verstehen und c) sich einzufühlen und dem Streitverhalten vor und nach der Imago-Paartherapie.

H16: Es gibt einen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen der Fähigkeit a) zuzuhören, b) zu verstehen und c) sich einzufühlen und der Zärtlichkeit vor und nach der Imago-Paartherapie.

H17: Es gibt einen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen der persönlichen Einschränkung und der Ausprägung der Imago-Skills vor und nach der Imago-Paartherapie.

H18: Es gibt einen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen der persönlichen Einschränkung und der Partnerschaftsqualität generell.

13. ERGEBNISSE

13.1 GRUNDLEGENDES ZUR AUSWERTUNG

Die statistische Auswertung wurde mit dem Programm SPSS 19 durchgeführt.

13.2 EFFEKTE BEI KORRELATIONEN

Laut Cohen (1988) werden Korrelationen wie folgt interpretiert:

kleiner Effekt: $r = 0,10$; mittlerer Effekt: $r = 0,30$; großer Effekt: $r = 0,50$

13.3 STICHPROBENBESCHREIBUNG UNTERSUCHUNG 2

13.3.1 Geschlecht

Die 14 Personen setzten sich aus 8 Frauen und 6 Männern zusammen.

13.3.2 Alter

Die 14 Personen hatten ein Alter von 35 bis 69 Jahren, wobei die meisten der

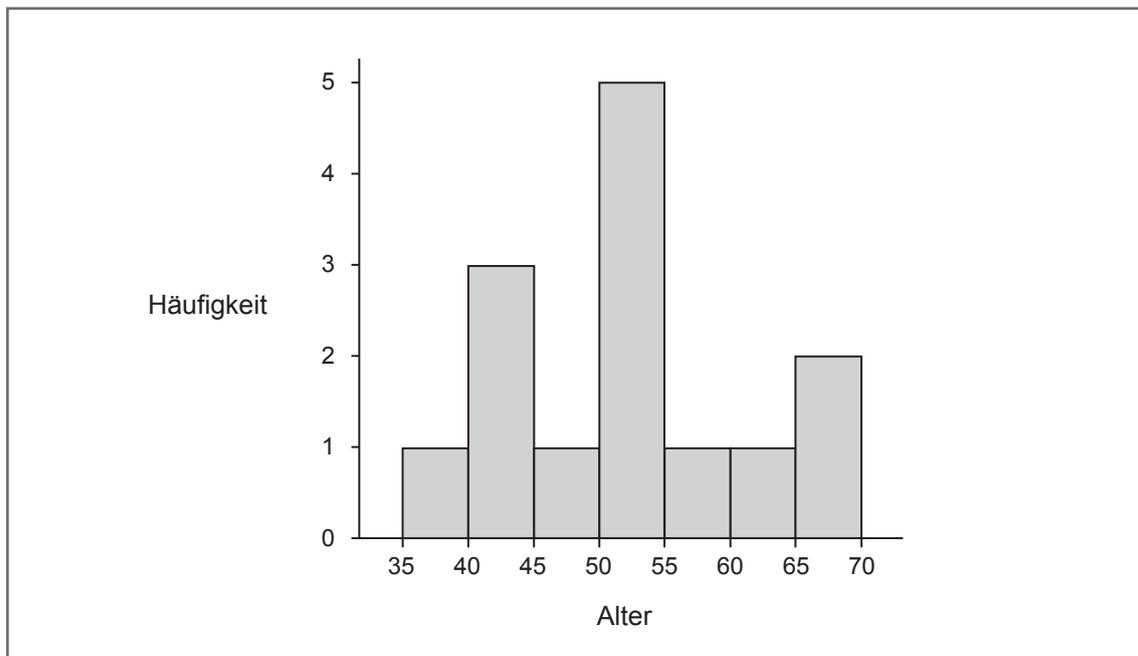


Abbildung 1: Altersverteilung

Befragten zwischen 50 und 55 Jahre alt waren.

Abbildung 1 zeigt die Altersverteilung.

13.3.3 Höchste abgeschlossene Schulbildung

Bei der Erhebung des höchsten Schulabschlusses standen folgende Ausprägungen zur Auswahl: Hauptschule, Polytechnikum, Berufsbildende Mittlere Schule, Berufsbildende Höhere Schule (BHS) ohne/mit Matura, Allgemeinbildende Höhere Schule (AHS) ohne/mit Matura, Fachhochschule/Universität ohne/mit Abschluss.

Tabelle 4: Schulabschluss

| Schulabschluss | Häufigkeit |
|---------------------------------|------------|
| Berufsbildende Mittlere Schule | 1 |
| Berufsbildende Höhere Schule | 2 |
| Allgemeinbildende Höhere Schule | 1 |
| Fachhochschule/Universität | 10 |
| Gesamt | 14 |

Die Tabelle 4 zeigt die Verteilung der Schulbildung. Die Gruppe der Fachhochschul- und Universitäts-Absolventen und -innen ist mit zehn Personen am stärksten vertreten. Die restlichen Zellen sind mit nur ein bis zwei Personen besetzt.

13.3.4 Berufstätigkeit

Bei der Frage nach der Berufstätigkeit wurde um eine genaue Angabe gebeten und zur Verdeutlichung das Beispiel „Bankangestellter im Kassadienst“ angeführt. Von den Befragten gaben zwei Personen an, als Arzt bzw. Ärztin tätig zu sein, zwei Befragte gaben an, in leitender Funktion tätig zu sein: ein Bautechniker als Abteilungsleiter und eine Befragte in einem medizinisch technischen Betrieb. In lehrender Funktion befanden sich drei Personen: eine Wirtschaftspädagogin, die an einer Berufsbildenden Höheren Schule unterrichtet, eine Volksschullehrerin

sowie die Leiterin eines Französisch-Kurses an einer Volkshochschule. Selbstständig tätig zu sein gaben zwei Befragte an: eine Kosmetikerin und eine Person im Organisationsentwicklungsbereich. Weitere fünf Befragte waren als Softwaretechniker im öffentlichen Dienst, als Chemikerin in einem pharmazeutischen Labor, als Bankangestellter im Wertpapierbereich, als Kaufmann und als Architekt tätig.

13.3.5 Familienstand

Die Variable Familienstand wurde anhand folgender Antwortmöglichkeiten erfragt: ledig, in Partnerschaft lebend, erstmals verheiratet oder nicht erstmals verheiratet, getrennt, geschieden. Die Gruppe der erstmals verheirateten Personen ist mit zehn Personen am stärksten vertreten. Zum Zeitpunkt der Befragung gab niemand an, ledig, getrennt oder geschieden zu sein. Tabelle 5 zeigt die Verteilung der Stichprobe in Bezug auf den Familienstand.

Tabelle 5: Familienstand

| Familienstand | Häufigkeit |
|----------------------------|------------|
| in Partnerschaft lebend | 2 |
| nicht erstmals verheiratet | 1 |
| erstmals verheiratet | 10 |
| Gesamt | 13 |

13.3.6 Dauer der Ehe oder des Zusammenlebens

Auf die Frage nach der Dauer der Ehe oder des Zusammenlebens gab es Antworten, die im Bereich von 8 bis 42 Jahren lagen.

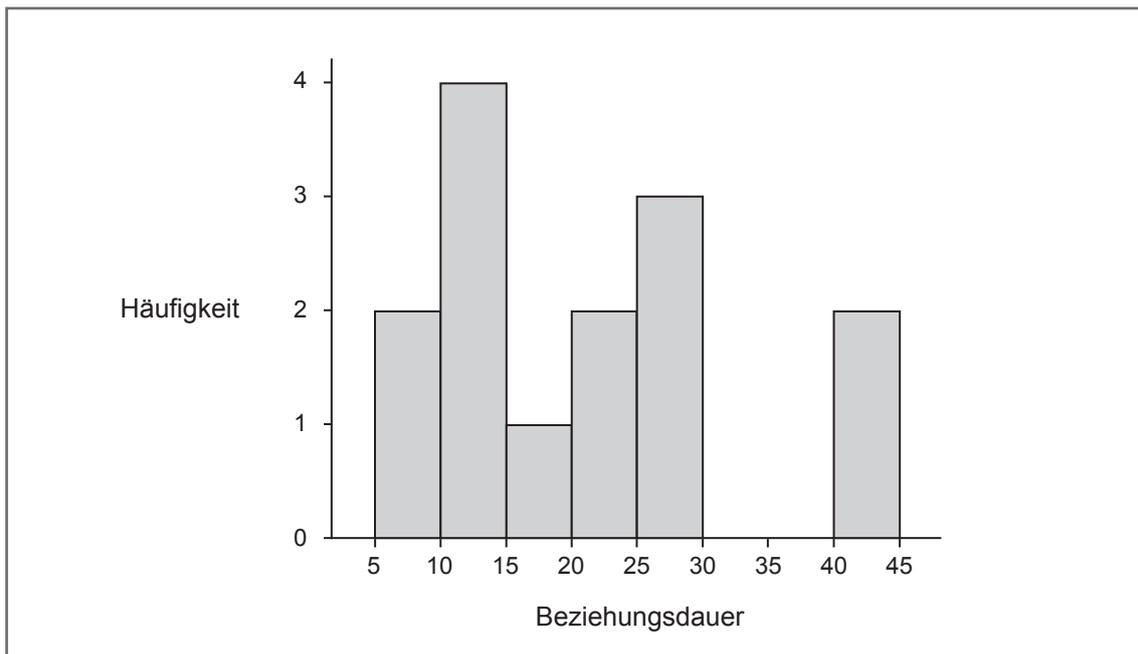


Abbildung 2: Verteilung Beziehungsdauer

13.3.7 Gesamtzahl der Kinder

Auf die Frage nach der gemeinsamen Zahl der Kinder gaben vier Befragte an, keine Kinder zu haben, drei Personen gaben ein Kind an, fünf gaben zwei Kinder an, eine Person gab an, drei Kinder zu haben und eine Person gab eine Gesamtzahl von sechs Kindern an.

13.3.8 Imago-Paarworkshop

Auf die Frage, ob die Person schon einmal an einem Imago-Paarworkshop teilgenommen hat, antworteten vier Personen mit Ja und zehn Personen mit Nein.

13.3.9 Persönliche Einschränkung der gesamten Lebensführung durch Partnerschaft

Die Frage nach der persönlichen Einschränkung der gesamten Lebensführung durch die Partnerschaft wurde mit folgenden Antwortmöglichkeiten erfragt: überhaupt nicht eingeschränkt, leicht eingeschränkt, mittel eingeschränkt, stark eingeschränkt und sehr stark eingeschränkt.

Tabelle 6: Einschränkung

| Einschränkung | Häufigkeit |
|-----------------|------------|
| Überhaupt nicht | 3 |
| Leicht | 1 |
| Mittel | 5 |
| Stark | 3 |
| Sehr stark | 2 |

Tabelle 6 zeigt, dass die Gruppe der mittel eingeschränkten Person mit 5 Personen am stärksten vertreten ist.

13.4 ERGEBNISSE UNTERSUCHUNG 1: UNTERSUCHUNG DER DEFINITION DER BEGRIFFE IMAGO UND IMAGOTHERAPIE DURCH IMAGOTHERAPEUTEN

13.4.1 Qualitative Auswertung

Aus dem Standardwerk von Jolande Jacobi wurden jene 14 Zitate ausgewählt, die das, was C.G. Jung unter Imago verstanden hat, klar definieren und erklären. Sieben (Person 1-Person 7) von insgesamt 12 Personen formulierten zu den Zitaten insgesamt 42 Kommentare (siehe Anhang). Bei deren Analyse wurde so vorgegangen, dass der Inhalt des Kommentars mit dem Inhalt des Zitats verglichen wurde. Dadurch konnten Übereinstimmungen oder Divergenzen festgestellt werden. Zusätzlich fand auch der emotionale Gehalt der Aussagen Eingang in die Analyse und es wurde berücksichtigt, ob der Kommentar mit der Kategorie der Zustimmung (stimme zu, stimme eher zu, stimme eher nicht zu, stimme nicht zu) übereinstimmte oder nicht.

13.4.1.1 Seelenbild

Jacobi: *Der Individuationsprozess ist unter anderem durch die Begegnung mit der Gestalt des „Seelenbildes“ gekennzeichnet (bei Jung Anima und Animus). Das*

Seelenbild „stellt also das Bild vom anderen Geschlecht, das wir als einmalige Einzelwesen, aber auch das, was wir als Artwesen in uns tragen, dar.“ (S.195)

Imagotherapeuten:

Dem ersten Zitat haben alle drei Imagotherapeuten, die schriftliche Begründungen dazu verfasst haben, nicht gänzlich zustimmen können (stimme eher nicht zu). *„Bei Imago geht es eher um Kindheitsverletzungen, die wir im anderen erkennen“* (Person 1) so eine Begründung. In dieser Sichtweise kommt zum Ausdruck, dass nicht das ganze Bedeutungsspektrum des Imago-Begriffes bekannt zu sein scheint. Für die Entstehung jenes Seelenbildes spielen nämlich nicht nur Verletzungen, sondern laut Jung (1995) auch Liebe, Verehrung, Widerstand, Abneigung, Hass und Auflehnung gegenüber den Eltern eine entscheidende Rolle.

Die Begründung *„wesentlicher Anteil des Individuationsprozesses ist die Integration des ‚Schattens‘, nicht so sehr die Begegnung mit Anima (Animus)“* (Person 3) zeigt, dass kein Bewusstsein darüber besteht, dass im Rahmen des Individuationsprozesses mehrere Etappen notwendig sind, die aufeinander aufbauen. Die Begegnung mit dem Schatten stellt die erste Phase dar, die Auseinandersetzung mit Anima und Animus kennzeichnet die zweite Phase. In weiteren Phasen tauchen immer neue Archetypen auf, die, so Kriz (2007), „bestimmte Probleme bewusst machen sollen“.

Ein Therapeut gibt weiters an (bezogen auf Zitat „Seelenbild“ und „Projektion“): *„Die Betonung des Geschlechtlichen und andersgeschlechtlichen ist mir in diesen Zitaten zu stark. Ich sehe eher das Persönliche und anderspersönliche. Aber, wie Buber sagt: am Du werden wir zum Ich (Individuationsprozeß) und dass das eigene Unbewußte auf den P projiziert wird, dem stimme ich zu“* (mit P wird der Partner/die Partnerin gemeint, A.d.V) (Person 6).

Diese Argumentation weist darauf hin, dass keine Übereinstimmung darüber zu bestehen scheint, dass mit Imago laut Jung konkret die komplementär-gegengeschlechtlichen Anteile der Psyche gemeint sind. Demnach wird an dieser Stelle keine starke Betonung gemacht, sondern lediglich die tatsächliche Bedeutung

des Begriffes wiedergegeben. Weiters ist die Auseinandersetzung mit einem Gegenüber ein wesentlicher Teil des Selbstwertungsprozesses aber, wie bereits erwähnt, nicht der einzige. Darüber, dass Unbewusstes immer projiziert wird, besteht Übereinstimmung. Allerdings müssen diese Projektionen nicht immer nur den Partner/die Partnerin betreffen.

13.4.1.2 Projektion

Jacobi: *„Alles, was sich im Unbewussten befindet ist immer projiziert „Demzufolge erlebt man seinen eigenen andersgeschlechtlichen Urgrund (...) am a n d e r e n.“* (S.195)

Imagotherapeuten:

Dem zweiten Zitat konnten drei der vier Imagotherapeuten, die Begründungen angaben, eher nicht zustimmen. „C.G. Jungs Ausführungen beschreiben nicht die Imago Theorie“ (Person 1) lautet dabei ein Kommentar, womit ein deutlicher Hinweis dafür geliefert wird, dass die Verwendung des Begriffes „Imago“ ohne ausreichendes Wissen über seine Bedeutungsherkunft geschieht. Weiters wird kommentiert: „*nicht nur andersgeschlechtlich*“ (Person 4). Das heißt, so kann an dieser Stelle aufgrund des unvollständigen Satzes nur angenommen werden, dass die Expertenmeinung darin besteht, dass auch gleichgeschlechtliche Anteile projiziert werden können. Davon kann zwar grundsätzlich ausgegangen werden, allerdings spielt es im Zusammenhang mit der Funktion des Seelenbildes eine untergeordnete Rolle.

Ein Therapeut stimmt dem Zitat „Projektion“ zu und begründet es, dem Jung'schen Ansatz gemäß, sehr treffend so: „*sind die Anteile, die abgespalten werden und projiziert beim Anderen ‚sehbar‘ werden*“ (Person 7).

13.4.1.3 Partnerwahl

Jacobi: *„Man wählt einen anderen, man bindet sich an einen anderen, der die Eigenschaften der eigenen Seele darstellt.“* (S.195)

Imagotherapeuten:

Dem dritten Zitat konnten zwei Therapeuten, die Begründungen angaben, zustimmen. Im ersten Fall lautet die Begründung: *„Ganz i. S. der Imagotherapie: die unbewußte Partnerwahl führt uns zu jemandem, der unsere verleugneten, verlorenen, abgelehnten, verborgenen Selbstanteile in sich trägt“* (Person 6). Diese Formulierung verweist bereits auf die von H. Hendrix getroffene Unterscheidung zwischen bewusster und unbewusster Partnerschaft und stimmt mit der Theorie von Jung sehr gut überein. Auch die Begründung *„weil die Eigenschaften in d. Erinnerungsspur des UB bekannt sind und daher die Bekanntheit des Anderen pers. Gefühle auslöst“* (Person 7) steht in Übereinstimmung mit der bei Jung dargestellten Sichtweise, dass die Partnerwahl durch die das Seelenbild prägenden Erfahrungen mit den ersten Bezugspersonen (v.a. Eltern) beeinflusst ist.

Ein Therapeut stimmte eher zu und kommentierte dies mit drei Stichworten:

- „ – *Kompensatorisch*
- *Heilung von Verletzungen*
- *Erfüllung von Sehnsüchten“* (Person 3)

Die Partnerwahl erfolgt laut Jung nicht mit dem Ziel zu kompensieren, sondern jemanden zu finden, der dem eigenen Bild vom anderen Geschlecht entspricht. Dies eröffnet im Rahmen des Individuationsprozesses sicherlich die Chance für weitere Entwicklungen. Von Heilung spricht Jung in diesem Zusammenhang aber nicht. Ziel der Psychotherapie, so Kriz (2007), sei nach Jung nicht Heilung sondern Wachstum. Dass die Partnerwahl jedoch von Sehnsüchten geleitet ist, eben jene/jenen zu finden, die/der eigenen unbewussten Weiblichkeit/Männlichkeit am ehesten entspricht, spiegelt sich in den Ausführungen Jung's sehr wohl wieder.

Des weiteren begründet einer der Experten, warum er eher nicht zustimmt: *„Nach Imago Bez.Theorie suchen wir unbewußt einen Menschen mit ähnlichen Verletzungen, der aber seine Verletzung gegensätzlich kompensiert hat“* (Person 1). Dies entspricht nicht den Ausführungen von Jung, da im Partner eine Person zu sehen ist, die die eigenen Verletzungen wiederbelebt und spürbar macht. Von Gegensätzlichkeit ist bei Jung ebenfalls nicht die Rede, sehr wohl aber von

Gegengeschlechtlichkeit.

Eine Gegenstimme (stimme nicht zu) wurde mit folgender Begründung gegeben: *„Die Eigenschaften des nicht gelebten Selbst finden im Anderen“* (Person 2). Dieser Hinweis auf nicht gelebte Anteile muss nicht im Widerspruch zum obigen Zitat gesehen werden.

13.4.1.4 Innerpsychische Verfassung

Jacobi: *„Die Beschaffenheit unseres Seelenbildes, die Anima bzw. der Animus unserer Träume, ist der natürliche Gradmesser unserer innerpsychischen Verfassung. Sie verdient auf dem Weg der Selbsterkenntnis eine ganz besondere Beachtung.“* (S.197)

Imagotherapeuten:

Diesem Zitat hat einer der Experten mit folgender Begründung eher zugestimmt: *„Das Hier und Jetzt der Beziehungs.gestaltg. ist ebenso wichtig“* (Person 2). Da die Möglichkeiten, Beziehung zu gestalten primär davon abhängen, mit welcher psychischen Voraussetzung und seelischen Beschaffenheit man in die Beziehung hineingeht, kann Beziehungsgestaltung, wie in obigem Kommentar jedoch zum Ausdruck kommt, nicht getrennt davon betrachtet werden. Selbsterkenntnis und Beziehungsgestaltung sind einander bedingende, untrennbare Vorgänge.

Ein Therapeut (stimme eher nicht zu) argumentierte folgendermaßen: *„d.h. ja man würde je nach innerpsych. Verfassung immer andere Partner wählen. Am Weg d. Selbsterkenntnis kann d. Seelenbild sich verändern, dazu ist dies jedoch d. erste Schritt u. wird eines längeren (Stabilisierungs-) Prozesses bedürfen“* (Person 7). In jenem Zitat zur innerpsychischen Verfassung findet sich kein Hinweis darauf, dass innerpsychische Verfassung bzw. Seelenbild häufig wechseln. Ist die Bewusstmachung des weiblichen bzw. männlichen Seelenteils noch nicht weit vorangeschritten, wird nicht selten wiederholt ein Gegenüber gewählt, das früheren Partnern und Partnerinnen ähnelt. Veränderungen jener meist tief ins Unbewusste versenkten Anteile brauchen, und darin besteht Übereinstimmung, Zeit.

Das letzte Argument zu diesem Punkt (stimme zu) lautet: *„ist eine Bekräftigung der vorherigen Aussage: zu entdecken und durchzuarbeiten wovon ich träume und inwieweit ich es als zu mir gehörig integrieren kann, ist wichtig für den Weg d. Selbsterkenntnis“* (Person 6). Bei Jung handelt es sich in Bezug auf das Seelenbild nicht um Träume im allgemeinen Sinn sondern konkret um „die Anima den Animus unserer Träume“.

13.4.1.5 Komplexität

Jacobi: *„Das Seelenbild ist selten eindeutig, fast immer eine komplex-schillernde Erscheinung, mit allen Eigenschaften gegensätzlichster Natur ausgestattet, soweit diese eben weiblich bzw. männlich typisch sind.“* (S.197)

Imagotherapeuten:

Der erste, sehr knapp gehaltene Kommentar zu diesem Zitat (stimme eher nicht zu) lautet: *„Nona“* (Person 1). Damit sind Antwortformat und Kommentar nicht kongruent, da einerseits angegeben wurde „stimme eher nicht zu“ der Kommentar „Nona“ allerdings signalisiert, dass man selbstverständlich davon ausgehen könne, dass das Seelenbild eine komplex-schillernde Erscheinung sei. Durch diesen Kommentar kommt außerdem ein gewisser Widerstand zum Ausdruck, was die Bereitschaft zu differenzierter, ausführlicher Auseinandersetzung zum Imago-Begriff betrifft.

Auch zwei weitere Therapeuten geben an, eher nicht zuzustimmen: *„Das eine schließt das andere nicht aus. Eindeutig kann es auch innerhalb der Ambivalenz sein“* (Person 2). Im ersten Teil dieser Begründung geht nicht klar hervor, was mit „das eine“ und „das andere“ gemeint ist. Im zweiten Teil zeigt sich jedoch, dass das Argument darauf abzielt, dass auch Ambivalenz gewissermaßen eindeutig vorliegen kann. Dies mag zwar stimmen, allerdings geht Jacobi in ihrer Darstellung der Jung'schen Theorie darüber hinaus und spricht von einer Komplexität mit allen Eigenschaften gegensätzlichster Natur. Dies geht über Ambivalenz hinaus und stellt die Möglichkeit für nur „eine Deutung“ entschieden in Frage.

Der letzte Kommentar lautet: *„typisch weiblich/männlich ist traditions-, kultur- etc.“*

abhängig“ (Person 4), was den Darstellungen Jungs jedoch nur zum Teil entspricht. Inhalte des kollektiven Unbewussten, und zu diesen zählen Seelenbilder, sind, so Kriz (2007), „unabhängig von einer bestimmten Kultur, Rasse oder gar persönlichen Lebensgeschichte der gesamten Menschheit gemeinsam“ (S.59). Da wir aber auch als Einzelwesen ein Bild vom anderen Geschlecht in uns tragen, spielen Faktoren wie z.B. Tradition und Kultur sehr wohl auch eine Rolle.

13.4.1.6 Wunschpartner

Jacobi: *„Die Verdrängung weiblicher (männlicher, A.d.V.) Züge (...) führt natürlich zu einer Anhäufung dieser Ansprüche im Unbewussten. Die Imago der Frau (des Mannes, A.d.V.) wird ebenso natürlich zum Rezeptakulum dieser Ansprüche.“* Man versucht die Partnerin (den Partner) zu gewinnen, die (der) der eigenen unbewussten Weiblichkeit (Männlichkeit) am besten entspricht. (S.198-199)

Imagotherapeuten:

Dieses Zitat wurde nur durch einen Experten sehr treffend kommentiert (stimme zu): *„was jemd. bewusst oder unbewußt an sich nicht zulässt, ‚übergibt‘ er dem/r P. um es dort in der Projektion ‚zu leben‘ und dort kann er/sie es dann ablehnen oder bewundern“* (Person 6).

13.4.1.7 Inkongruenz

Jacobi: *„Freilich wird ein Archetypus, (...), sich niemals mit dem tatsächlichen Sosein eines individuellen Menschen decken; und zwar je individueller ein Mensch ist, also desto inkongruenter werden sich der Träger und das auf ihn projizierte Bild erweisen.(...) Diese Inkongruenz (...) wird zu unvermeidlichen Konflikten und Enttäuschungen führen.“* (S.201)

Imagotherapeuten:

Dieses Zitat fand einmal Zustimmung, was folgendermaßen begründet wurde: (Pfeil von den Enttäuschungen her kommend, A.d.V) *„die durch das Erarbeiten immer wieder neuer Bewusstheiten wieder zu neuen Kongruenzen und Klarheiten*

führen“ (Person 5).

Einer der Experten hat eher zugestimmt und gemeint: *„Das passt zur 90/10-Formel: im Partner sehen wir 90% aus d. mitgebrachten Imago, die der Kindheit entstammt, während er tats. nur 10% davon einlöst. Das führt zu Konflikten, Enttäuschungen, ist aber auch eine Chance, etwas Gegenwärtiges und Neues zu entwickeln“* (Person 6). In Bezug auf dieses Argument muss hinterfragt werden, welcher Quelle diese „Formel“ entstammt und ob es sich um eine empirisch gesicherte Aussage handelt. Im Bereich zwischenmenschlicher Beziehungen, ihren höchst unterschiedlichen Gestalten und den vielfachen Einflüssen darauf scheint es allerdings fragwürdig, derartige Festlegungen vorzunehmen.

Weiters wurde einmal eher nicht zugestimmt: *„Die Konflikte beruhen nicht so sehr auf die ihn projizierten Bilder als auf die Wünsche, die vom Träger nicht erfüllt werden“* (Person 2). Das projizierte Bild erzeugt mit Sicherheit Wünsche und Erwartungen. Diese Tatsache steht aber nicht im Widerspruch zu obigem Zitat.

In einem Fall wurde keine der vier Antwortmöglichkeiten gewählt aber trotzdem folgende schriftliche Begründung formuliert: *„Habe mich mit der Archetypenlehre nicht genügend auseinandergesetzt“* (Person 4). Diese durchaus ehrliche Stellungnahme macht erneut deutlich, dass die umfassende Bedeutung des Imago-Begriffes für manche Imagotherapeuten nicht erschlossen zu sein scheint.

13.4.1.8 Gegengeschlechtliche Vorzeichen

Jacobi: *„Solange die verschiedenen Aspekte und Züge der unbewussten Psyche noch nicht von einander unterschieden, herausdifferenziert und an das Bewusstsein angeschlossen sind (...) hat das gesamte Unbewusste des Mannes weibliches und das der Frau männliches Vorzeichen.“* (S.203)

Imagotherapeuten:

Zwei Therapeuten stimmen eher zu und argumentieren:

„klingt für mich logisch, ob ich das in dieser Absolutheit bejahen kann, bin ich nicht sicher“ (Person 5). An dieser Formulierung wird deutlich, dass eine

Übereinstimmung mit der Theorie von Jung nur im Ansatz besteht und auch Unsicherheit darüber vorherrscht, wo die Unterschiede tatsächlich auszumachen sind. Des Weiteren wurde kommentiert: *„kann man so sagen- meint wieder, dass unbewußte Anteile auf P. projiziert werden u. ich im anderen mich sehe: geht m. E. aber über weibl.-männlich hinaus und kann viele Eigenschaften betreffen“* (Person 6). In Bezug auf Animus und Anima, von denen hier die Rede ist, bezieht es sich ausschließlich auf den komplementär-geschlechtlichen Anteil der Psyche.

Zweimal wurde dem Zitat nicht zugestimmt, denn, so der erste Kommentar: *„Imago ist keine psychoanalytische Therapie“* (Person 1). Aus diesem sehr kurz gehaltenem Kommentar geht leider nicht hervor, was genau am obigen Zitat zu diesem Schluss geführt hat. Tatsache ist, Imagotherapie bedient sich sowohl was den Namen dieser Form von Paartherapie betrifft, als auch in Bezug auf einige theoretische Erläuterungen der Inhalte der von C.G. Jung entwickelten Analytischen Psychologie. Diese ist neben der Psychoanalyse (Freud) und der Individualpsychologie (Adler) eine der drei großen klassischen tiefenpsychologischen Schulen (Kriz, 2007).

„Auch das Unbewußte hat immer weibl. & männl. Vorzeichen“ (Person 3). Durch das obige Zitat von Jacobi, muss dieses Argument in Frage gestellt werden. Einer der Experten argumentierte, ohne eine der Antwortmöglichkeiten zu wählen, in sehr offener Weise: *„Damit kenn ich mich nicht aus, mit den weiblichen und männlichen Vorzeichen“* (Person 2).

13.4.1.9 Wahre Natur

Jacobi: *„(...) man ist einer Frau bzw. einem Mann nur solange verfallen (...) als man ihre wahre Natur nicht durchschaut hat. Die aber kann man nur in sich selber durchschauen, weil wir ja unsere Partner zumeist so wählen, dass sie für unseren uns unbekanntem, unbewussten psychischen Persönlichkeitsteil stehen.“* (S.207-208)

Imagotherapeuten:

Einer der Experten, der keine der Antwortmöglichkeiten wählte, meinte:

„mit dem Begriff ‚verfallen‘ fange ich wenig an. Ich würde eher von ‚kindlichen Abhängigkeiten‘ sprechen“ (Person 5). Da hier von Erwachsenen die Rede ist, von Mann und Frau, ist es nicht möglich von einer kindlichen Abhängigkeit zu sprechen. Wie die Erläuterungen Jung's zum Imago-Begriff zeigen (Jung 1995), spielt die Infantilzeit sicher eine tragende Rolle, da sich jene Imagines in dieser Zeit bilden und in folge ein mehr oder minder einflussreiches Dasein führen. Dass ein hohes Ausmaß an Unbewusstheit über derartige Einflüsse mit vielerlei Abhängigkeiten einhergehen kann, steht außer Streit. Der Begriff „verfallen“ bringt in sehr anschaulicher Weise auf den Punkt, was dann passieren kann und wie wenig Wahlmöglichkeiten existieren, wenn das Bewusstmachen unbekannter psychischer Persönlichkeitsteile noch aussteht. „Falling in love“ heißt es auf Englisch und dies impliziert ebenfalls, dass die Phase des Verliebt-Seins oftmals eine ist, in der ein Mann oder eine Frau „außer sich“ ist oder auch „von Sinnen“ – ähnlich einem Fall in unbekannte, unbewusste Tiefen.

Volle Zustimmung gab es mit der Begründung: *„Ja, verfallen sein ist etwas Unbewusstes. Bewußt werden wer ich bin nimmt dem anderen die Magie, dass ich ihn unbedingt brauche, um vollständig zu sein. Wenn ich per Bewußtwerdungsprozeß vollständig geworden bin, kann ich ich sein und der andere der andere“* (Person 6). Dieser Kommentar steht in guter Übereinstimmung mit dem obigen Zitat, wobei man davon ausgehen kann, dass es ein lebenslanger Prozess ist, zum eigenen Selbst zu finden und unbewusste Anteile der Psyche immer wieder ihren Einfluss ausüben. Ob Unbewusstes Magie erzeugt ist jedenfalls zu hinterfragen. Im Verlauf einer Beziehung ist es allerdings möglich, sich selbst und den anderen immer weiter zu erkennen wodurch das Gefühl des Verliebt-Seins durch ein Gefühl tiefer Liebe ersetzt werden kann.

13.4.1.10 Bewusst-Machen

Jacobi: *„Ist dieser (Persönlichkeitsteil, A.d.V.) einmal bewußt gemacht, dann*

schiebt man nicht mehr die eigenen Fehler auf den weiblichen bzw. männlichen Partner, d.h. die Projektion wird aufgehoben. Dadurch wird aber eine Menge psychischer Energie (...) zurückgenommen und kann dem eigenen Ich zur Verfügung gestellt werden.“ (S.208)

Imagotherapeuten:

Für dieses Zitat liegt nur eine schriftliche Begründung (stimme zu) vor: *„Ja, genau und das führt zu mehr Gelassenheit und Frieden i. d. Bez.“* (Person 6). Das Bewusstmachen unbekannter Persönlichkeitsteile kann dazu führen, dass es zu weniger Konflikten in einer Partnerschaft kommt.

13.4.1.11 *Emotionen*

Jacobi: *„Hat man das Gegengeschlechtliche in der eigenen Seele durchschaut und bewusst gemacht, dann hat man sich und seine Emotionen und Affekte weitgehend in der eigenen Hand.“* (S.208)

Imagotherapeuten:

Zwei Therapeuten konnten diesem Kommentar eher zustimmen und meinten: *„Imago bietet dazu auch Werkzeuge (Dialoge) auf der Verhaltensebene an.“* (Person 1). Im Kommunikationstraining kann zusätzlich zu dem sehr wichtigen Individuationsprozess von Frau und Mann ein wesentlicher Beitrag der Imago-therapie zum Erfolg einer Partnerschaft gesehen werden. Alleine auf der Verhaltensebene Veränderungen zu fördern kann jedoch langfristig nicht mit Sicherheit zur Verbesserung der Beziehungsqualität führen.

Außerdem wurde argumentiert: *„...nicht nur das Gegengeschlechtliche, sondern alle verdrängten Persönlichkeitsteile“* (Person 5). Im Zusammenhang mit der zweiten Etappe des Individuationsprozesses geht es um die Begegnung mit dem komplementär-geschlechtlichen Anteil der Psyche.

In einem Fall wurde nicht zugestimmt und folgende Begründung gefunden: *„die Kontrollmöglichkeit in der Vernunft hat trotz Erkenntnis deutliche Grenzen“* (Person 3). Selbstwerdung ist ein lebenslanger Prozess und Jacobi verweist auf die bestehenden Grenzen der Entwicklung indem sie schreibt, dass Emotionen

und Affekte lediglich *weitgehend in der eigenen Hand* seien.

13.4.1.12 Tiefe Liebe

Jacobi: *Laut C.G. Jung führt dieses Bewusstmachen dann zu wirklicher Unabhängigkeit, „wenn auch gleichzeitig Einsamkeit- jene Einsamkeit des ‚innerlich freien‘ Menschen, den keine Liebesbeziehung oder Partnerschaft mehr in Ketten zu schlagen vermag“ ... „Auch ‚verliebt‘ wird ein solcher Mensch kaum mehr sein können, denn er kann sich an keinen anderen mehr verlieren; er wird aber umso tieferer ‚Liebe‘ fähig sein im Sinne einer bewussten Hingabe an das Du.“ (S.208)*

Imagotherapeuten:

Eine Zustimmung fand sich mit dem sehr treffenden Argument: *„tiefere Liebe aufgrund hoher Integration d. eig. Anteile: ja!“* (Person 6).

Drei Therapeuten konnten eher zustimmen. Die erste Begründung lautete:

„Einsamkeit stimme ich nicht zu, tieferer Liebe schon“. (Person 1). Treffender wäre es vielleicht, an dieser Stelle, vom „Allein-Sein-Können“ zu sprechen, da Einsamkeit eher negativ assoziiert ist.

Weiters wurde argumentiert: („die“ wurde vom Antwortenden gelöscht, A.d.V.) *„Vollkommenheit finde wir es im“* („Tot“ ebenso gelöscht) (Person 2). Da diese Begründung leider nicht vollständig vorliegt, da Worte zum Teil wieder gelöscht wurden (wenn auch nicht ganz erfolgreich), kann darauf nicht weiter eingegangen werden.

„Wir verlieben uns trotzdem“ (Person 3) meinte ein Therapeut, der ebenfalls eher zustimmte. Jacobi schreibt *„verliebt wird ein solcher Mensch kaum mehr sein können“*. Das heißt, auch wenn eine hohe Bewusstheit und Unabhängigkeit erreicht werden kann, so ist es trotzdem möglich, die positive Seite des Verliebenseins nach wie vor zu erleben. Das heißt nicht, weil ein Gegenüber *gebraucht* wird, sondern mehr aus dem Wunsch nach Bereicherung und Vertiefung des eigenen Seins heraus.

Einmal wurde eher nicht zugestimmt mit dem Kommentar: *„Unabhängigkeit muß nicht mit Einsamkeit einhergehen“* (Person 6). Dies zeigt erneut, dass das Wort

Einsamkeit für die Beschreibung einer positiven Entwicklung weniger gut geeignet ist.

Zweimal gab es keine Zustimmung: *„sich immer wieder aufs Neue verlieben ist aus meiner Sicht und Erfahrung möglich und wichtig auf dem Weg in die ‚reife Liebe‘, wenngleich diese Art von Verliebtheit auf einer anderen Bewußtseinsstufe stattfindet als die ‚naive Verliebtheit‘, die von vielen Illusionen getragen ist“* (Person 5). In dieser Begründung kommt mit anderen Worten sehr gut zum Ausdruck, was auch bei Jacobi zu lesen ist. Es ist daher nicht verständlich, warum keine Zustimmung gefunden werden konnte.

Der letzte Kommentar lautet (stimme nicht zu): *„(in Bezug auf den Absatz: ‚Auch ‚verliebt‘ wird...‘, A.d.V.) ein neuer P. lässt durchaus das Ganze von vorn beginnen u. fordert zu neuer Integration heraus“* (Person 6). Im Rahmen einer neuen Partnerschaft muss nicht unbedingt von vorne begonnen werden, da sich mit fortschreitender Selbstwerdung auch die Ausgangslage für eine neue Beziehung ändert.

13.4.1.13 Richtige Distanz

Jacobi: *„(...) seine Einsamkeit entfremdet ihn der Welt nicht, sie schafft nur die richtige Distanz zu ihr. Und indem sie ihn fester verankert in seinem Wesen, ermöglicht sie ihm sogar ein rückhaltloseres, weil seine Eigenart nicht mehr gefährdendes Eingehen auf seinen Mitmenschen.“* (S.209-209)

Imagotherapeuten:

Diesem Zitat wurde zweimal eher zugestimmt: *„sehr schön!“* (Person 6), lautete ein Kommentar dazu, wobei leider nicht klar ist, worin die Schönheit konkret gesehen wird zumal für den Inhalt keine volle Zustimmung vorliegt.

Die zweite Begründung lautet: *„hier würde ich den Begriff ‚rückhaltlos‘ durch ‚bedingungslos‘ oder ‚klarer‘ oder ‚sicherer‘ ersetzen“* (Person 5). Jacobi spricht hier bewusst von „rückhaltlos“ weil es um das Eingehen auf den anderen, die Empathie geht. Alle anderen vorgeschlagenen Bezeichnungen würden dies nicht so deutlich zum Ausdruck bringen.

13.4.1.14 Persönlichkeitserweiterung

Jacobi: *„Ist das Bild erkannt und erschlossen, dann hört es auf, vom Unbewußten her zu wirken und erlaubt uns endlich, auch diesen gegengeschlechtlichen Teil der Psyche zu differenzieren und in die bewusste Einstellung einzubeziehen, wodurch eine außerordentliche Bereicherung der unserem Bewußtsein zugehörenden Inhalte und damit eine Erweiterung unserer Persönlichkeit erzielt ist.“* (S.210-211)

Imagotherapeuten:

Für dieses Zitat liegt nur eine Begründung vor (stimme eher zu): *„wosein das alles idealisiert ist und m.E. der Weg in Wirklichkeit niemals endet: there is no end of integration (F.S. Perls)“* (Person 7). Leider ist der erste Teil des Kommentars nicht verständlich formuliert. Was jedoch im zweiten Teil deutlich wird bezieht sich darauf, dass wir lebenslang in einem Prozess der Integration und Selbstwerdung stehen. Auch nach der Auseinandersetzung mit Animus und Anima tauchen, so Kriz (2007), in weiteren Phasen immer neue Archetypen auf, „die bestimmte Probleme bewusst machen sollen und die dann bewältigt und integriert werden können“ (S.61).

13.4.2 Unterschied zwischen der Gruppe mit Begründungen und jener ohne Begründungen

Tabelle 7 zeigt die Häufigkeiten, mit denen einem Zitat zugestimmt bzw. es abgelehnt wurde. Dabei wurden die Antwortmöglichkeiten stimme zu und stimme eher zu zusammengefasst und bilden die Kategorie „ja“ bzw. stimme nicht zu und stimme eher nicht zu bilden die Kategorie „nein“.

Tabelle 7: Antworthäufigkeiten Gruppe mit Begründungen – Gruppe ohne Begründungen

| Zitat | mit Begründung (N=7) | | ohne Begründung (N=5) | |
|---------------------------------|-------------------------|------|--------------------------|------|
| | Ja | Nein | Ja | Nein |
| Seelenbild | 5 | 2 | 3 | 2 |
| Projektion | 5 | 2 | 4 | 1 |
| Partnerwahl | 5 | 2 | 3 | 2 |
| Innerpsychische Verfassung | 4 | 3 | 5 | 0 |
| Komplexität | 3 | 4 | 3 | 1 |
| Wunschpartner | 5 | 2 | 5 | 0 |
| Inkongruenz | 5 | 2 | 4 | 1 |
| Gegengeschlechtliche Vorzeichen | 3 | 4 | 3 | 2 |
| Wahre Natur | 5 | 2 | 4 | 1 |
| Bewußtmachung | 7 | 0 | 5 | 0 |
| Emotionen | 5 | 2 | 2 | 3 |
| Tiefe Liebe | 5 | 2 | 3 | 2 |
| Richtige Distanz | 7 | 0 | 4 | 1 |
| Persönlichkeitserweiterung | 6 | 1 | 4 | 1 |

In der Gruppe „mit Begründung“ gibt es in Bezug auf alle 14 Zitate schriftliche Kommentare, wobei die Höchstzahl pro Person 12 beträgt, die Mindestzahl drei. Tabelle 8 zeigt die Häufigkeiten der schriftlichen Begründungen aller sieben Imagotherapeuten auf sowie die Antworten (stimme zu, stimme eher zu, stimme eher nicht zu und stimme nicht zu).

Tabelle 8: Häufigkeiten der Antworten mit Begründungen

| Person | S | P | Pw | I | K | W | I | GV | WN | B | E | TL | R | P | M |
|--------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|------|
| 1 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1 | 3 | 1 | 3 | 4 | 3 | 3 | 3 | 3 | 2,36 |
| 2 | 4 | 4 | 1 | 3 | 2 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3,21 |
| 3 | 2 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 1 | 3 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 3,07 |
| 4 | 3 | 2 | 3 | 2 | 2 | 2 | 2 | 1 | 2 | 4 | 2 | 3 | 3 | 2 | 2,36 |
| 5 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 2 | 4 | 3 | 1 | 3 | 4 | 3,43 |
| 6 | 3 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3 | 3 | 4 | 4 | 4 | 2 | 3 | 3 | 3,36 |
| 7 | 3 | 4 | 4 | 2 | 2 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 3,50 |
| Σ | 21 | 23 | 21 | 19 | 19 | 22 | 22 | 15 | 22 | 28 | 22 | 19 | 22 | 22 | |

Legende: fett=Antwort mit Begründung, 1=stimme nicht zu, 2=stimme eher nicht zu, 3=stimme eher zu, 4=stimme zu, M=Mittelwert

Der Mittelwert (Tabelle 8) macht die Tendenz der Gruppe mit Begründungen sichtbar, den Zitierten eher zuzustimmen (Mittelwert aus allen Antworten=3,04), wobei diese Tendenz bei der Gruppe ohne Begründungen (Tabelle 9) noch etwas stärker ausgeprägt ist (Mittelwert aus allen Antworten=3,14). In Bezug auf die Zitate „Partnerwahl“ (Pw), „Gegengeschlechtliche Vorzeichen“ (GV) und „Tiefe Liebe“ (TL) wurden am häufigsten Begründungen angegeben, wobei das Zitat „Bewusstmachung“ (B) in beiden Gruppen die höchste Zustimmung erhalten hat (Mittelwert mit Begründungen=4, Mittelwert ohne Begründungen=3,8).

Tabelle 9: Häufigkeiten der Antworten ohne Begründungen

| Person | S | P | Pw | I | K | W | I | GV | W | B | E | TL | R | P | M |
|--------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|------|
| 1 | 3 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3,79 |
| 2 | 4 | 4 | 2 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 2 | 2 | 4 | 4 | 3,57 |
| 3 | 2 | 1 | 2 | 3 | 3 | 3 | 4 | 2 | 3 | 4 | 2 | 4 | 3 | 3 | 2,79 |
| 4 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 3 | 1 | 1 | 1 | 3 | 2 | 1 | 1 | 2 | 1,93 |
| 5 | 3 | 4 | 4 | 4 | 0 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 4 | 3,64 |
| Σ | 14 | 16 | 15 | 17 | 12 | 18 | 17 | 14 | 16 | 19 | 14 | 15 | 16 | 17 | |

Legende: 1=stimme nicht zu, 2=stimme eher nicht zu, 3=stimme eher zu, 4=stimme zu, M=Mittelwert

13.5 ERGEBNISSE UNTERSUCHUNG 2: UNTERSUCHUNG DER VERÄNDERUNGEN VON PAARBEZIEHUNGEN IM RAHMEN EINER IMAGOTHERAPEUTISCHEN INTERVENTION

Da die Daten nicht normalverteilt sind (N unter 30), wurden nichtparametrische Verfahren, nämlich Spearman Korrelation und Wilcoxon Test angewendet. Zur Berechnung der Unterschiede zwischen Männern und Frauen diente der Chi-Quadrat-Test nach Pearson.

13.5.1 Unterschiede in den drei Dimensionen der Partnerschaftsqualität am Beginn und am Ende der Imago-Paartherapie

Um feststellen zu können, ob die Imago-Paartherapie auf die Entwicklung von Paarbeziehungen Einfluss nehmen kann, wurde das Verfahren von Wilcoxon gerechnet. Damit konnte geprüft werden, ob der Unterschied im Streitverhalten, in der Zärtlichkeit und in Bezug auf Gemeinsamkeiten/Kommunikation vor und nach der Therapie signifikant ist. Die Hypothesen konnten in Bezug auf alle drei Dimensionen bestätigt werden (siehe Tabelle 10). Das heißt, durch Imago-Paartherapie wird das Streitverhalten signifikant seltener ($p=,008$) und Zärtlichkeit ($p=,022$) sowie Gemeinsamkeit/Kommunikation ($p=,005$) nehmen signifikant zu. Auch die globale Glückseinschätzung, die mittels Terman-Item erfasst wurde, hat sich nach der Imago-Paartherapie gesteigert (Mittelwert vorher=2,00, Standardabweichung vorher=1,40; Mittelwert nachher=3,57, Standardabweichung nachher=1,15).

Da die Stichprobengröße unter 30 liegt, wurde keine Prüfung der Normalverteilung vorgenommen.

Tabelle 10: Wilcoxon Test hinsichtlich der Veränderung der drei Partnerschaftsqualitäten vor und nach der Imago-Paartherapie

| Skala | Zeitpunkt | M | s | Z-Wert | Asymptotische Signifikanz (2-seitig) |
|---------------------------------|-----------|-------|------|--------|--------------------------------------|
| Streitverhalten | vorher | 13,28 | 5,86 | -2,661 | ,008 |
| | nacher | 7,35 | 6,31 | | |
| Zärtlichkeit | vorher | 11,07 | 7,29 | -2,294 | ,022 |
| | nacher | 16,85 | 8,35 | | |
| Kommunikation/ Gemeinsamkeit | vorher | 13,14 | 4,72 | -2,836 | ,005 |
| | nacher | 18,42 | 5,24 | | |

Legende: M=Mittelwert der Angaben aus dem Fragebogen, s=Standardabweichung, Z=Testkennwert, fett: signifikant bei $p \leq 0,05$

Ad H1: Es gibt einen statistisch signifikanten Unterschied in Bezug auf das Streitverhalten der beiden Partner am Beginn und am Ende der Imago-Paartherapie.

Ad H2: Es gibt einen statistisch signifikanten Unterschied in Bezug auf die Zärtlichkeit vor und nach der Imago-Paartherapie.

Ad H3: Es gibt einen statistisch signifikanten Unterschied in Bezug auf die Kommunikation vor und nach der Imago-Paartherapie.

13.5.2 Unterschiede zwischen Männern und Frauen in Bezug auf Partnerschaftsqualitäten vor und nach der Therapie

Mittels Chi-Quadrat-Test nach Pearson konnte geprüft werden, ob die Verteilungen bei Frauen und Männern in Bezug auf die drei Partnerschaftsqualitäten unterschiedlich sind. Die Hypothesen mussten verworfen werden: Streitverhalten ($p=,369$), Zärtlichkeit ($p=,733$) und Gemeinsamkeiten/Kommunikation ($p=,091$).

Ad H4: Es gibt keinen statistisch signifikanten Unterschied zwischen Männern und Frauen in Bezug auf das Streitverhalten.

Ad H5: Es gibt keinen statistisch signifikanten Unterschied zwischen Männern und Frauen in Bezug auf die Zärtlichkeit.

Ad H6: Es gibt keinen statistisch signifikanten Unterschied zwischen Männer und Frauen in Bezug auf Gemeinsamkeiten/Kommunikation.

13.5.3 Zusammenhänge zwischen den drei Dimensionen der Partnerschaftsqualität und soziodemographischen Fragestellungen

Um die Zusammenhänge zwischen den drei Dimensionen der Partnerschaftsqualität und soziodemographischen Variablen zu untersuchen, wurden Rangkorrelationen nach Spearman berechnet.

Es zeigte sich kein signifikanter Zusammenhang zwischen Beziehungsdauer und Streitverhalten ($p=,233$). Kinderzahl und Streitverhalten korrelieren ebenfalls nicht signifikant ($p=,379$). Zwischen absolviertem Imago Workshop und Streitverhalten wurde auch kein signifikanter Zusammenhang festgestellt ($p=,213$).

Ad H7a): Es gibt keinen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen Beziehungsdauer und Streitverhalten.

Ad H7b): Es gibt keinen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen Kinderzahl und Streitverhalten.

Ad H7c): Es gibt keinen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen bereits absolvierten Imago Workshop und Streitverhalten.

Der Zusammenhang zwischen Alter der Klienten und Zärtlichkeit ($p=,069$) sowie Beziehungsdauer und Zärtlichkeit ist nicht signifikant ($p=,100$). Kinderzahl und Zärtlichkeit ($p=,691$) sowie Alter der Kinder und Zärtlichkeit korrelieren ebenfalls nicht signifikant ($p=,059$).

Ad H8a): Es gibt keinen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen Alter und Zärtlichkeit.

Ad H8b): Es gibt keinen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen Beziehungsdauer und Zärtlichkeit.

Ad H8c): Es gibt keinen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen Kinderzahl und Zärtlichkeit.

Ad H8d): Es gibt keinen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen dem Alter der Kinder und Zärtlichkeit.

Obwohl zwischen Beziehungsdauer und Kommunikation ebenfalls kein signifikanter Zusammenhang besteht, zeigte sich durch die Berechnung des Gruppenmedians, dass sich die Kommunikation eher bei einer geringen Beziehungsdauer verbessert (siehe Tabelle 11).

Tabelle 11: Gruppenmedian: Beziehungsdauer in Bezug auf die Kommunikation vor und nach der Therapie

| Kommunikation | Beziehungsdauer |
|---------------|-----------------|
| Zunahme | 14,00* |
| Abnahme | 25,58** |
| Total | 17,72 |

Legende: * =unteres Mittel, ** =oberes Mittel

Ad H9a): Es gibt keinen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen Beziehungsdauer und Kommunikation.

Zwischen Kinderzahl und Kommunikation besteht ebenso kein signifikanter Zusammenhang ($p=,714$) wie auch nicht zwischen dem Alter der Kinder und der Kommunikation ($p=,084$).

Ad H9b): Es gibt keinen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen der Kinderzahl und der Kommunikation.

Ad H9c): Es gibt keinen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen dem Alter der Kinder und der Kommunikation.

13.5.4 Zusammenhang zwischen Partnerschaftsqualitäten und Persönlichkeitsmerkmalen

Was den Zusammenhang zwischen Neurotizismus und dem Streitverhalten betrifft, gibt es keinen signifikanten Zusammenhang ($p=,758$).

Ad H10): Es gibt keinen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen Neurotizismus und Streitverhalten.

Der Zusammenhang zwischen Extraversion und der Entwicklung von Zärtlichkeit durch die Imago-Paartherapie ist ebenfalls nicht signifikant ($p=,212$).

Ad H11): Es gibt keinen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen Extraversion und der Zärtlichkeit vor und nach der Imago-Paartherapie.

Was Extraversion und Kommunikation betrifft besteht kein signifikanter Zusammenhang ($p=,837$). Auch Verträglichkeit und Kommunikation korrelieren nicht signifikant ($p=,420$).

Ad H12): Es gibt keinen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen a) Extraversion sowie b) Verträglichkeit und Kommunikation vor und nach der Imago-Paartherapie.

13.5.5 Unterschiede in Bezug auf die Imago-Skills vor und nach der Therapie und Unterschied zwischen Frauen und Männern

Mittels Wilcoxon Test wurde in einem nächsten Schritt untersucht, inwiefern sich die Imago-Skills durch die Imago-Paartherapie verändern (siehe Tabelle 12).

In Bezug auf die Variable Zuhören ($p=,004$), Verstehen ($p=,014$), Einfühlen ($p=,021$), Fürsorglich ($p=,033$), Spontan ($p=,002$), Spaß ($p=,025$) und Entwickeln ($p=,010$) zeigt sich eine Verbesserung im Sinne einer stärkeren Ausprägung dieser Fertigkeiten. In Bezug auf die Variable Kritisieren ($p=,023$) kommt es durch die Imago-Paartherapie ebenfalls zu einer Verbesserung. Die Paare geben an, den Partner nach der Therapie seltener zu kritisieren. Die Variablen Flüchten, Verletzt und Fordern verändern sich durch die Therapie nicht in signifikantem Ausmaß. Zwischen Frauen und Männern konnte kein Unterschied in Bezug auf die Imago-Fertigkeiten festgestellt werden.

Tabelle 12: Wilcoxon Test hinsichtlich Unterschieden in Imago-Skills vor und nach der Therapie sowie Unterschied zwischen Frauen und Männern

| Skills | Zeitpunkt | M | s | Z | Asymptotische Signifikanz (2-seitig) | Frau/ Mann |
|-------------|-----------|------|-------|--------|--------------------------------------|------------|
| Zuhören | vorher | 2,07 | 0,916 | -2,887 | ,004 | ,082 |
| | nacher | 3,00 | 1,300 | | | |
| Verstehen | vorher | 2,71 | 1,325 | -2,460 | ,014 | ,417 |
| | nacher | 3,28 | 1,138 | | | |
| Einfühlen | vorher | 3,14 | 1,099 | 2,309 | ,021 | ,406 |
| | nacher | 3,71 | 0,994 | | | |
| Flüchten | vorher | 3,28 | 1,138 | -1,730 | ,084 | ,946 |
| | nacher | 2,78 | 1,188 | | | |
| Fürsorglich | vorher | 3,21 | 0,801 | -2,126 | ,033 | ,415 |
| | nacher | 3,92 | 0,916 | | | |
| Verletzt | vorher | 2,64 | 0,841 | -,378 | ,705 | ,598 |
| | nacher | 2,71 | 1,266 | | | |
| Spontan | vorher | 3,28 | 0,726 | -3,025 | ,002 | ,729 |
| | nacher | 2,42 | 1,283 | | | |

| Skills | Zeitpunkt | M | s | Z | Asymptotische Signifikanz (2-seitig) | Frau/ Mann |
|-------------|-----------|------|-------|--------|--------------------------------------|---------------|
| Fordern | vorher | 2,85 | 0,864 | -1,807 | ,071 | ,333 |
| | nacher | 2,42 | 1,222 | | | |
| Spaß | vorher | 2,50 | 1,160 | -2,239 | ,025 | ,082 |
| | nacher | 3,71 | 1,204 | | | |
| Kritisieren | vorher | 2,78 | 0,801 | -2,271 | ,023 | ,184 |
| | nacher | 2,42 | 1,222 | | | |
| Entwickeln | vorher | 3,07 | 1,206 | -2,565 | ,010 | ,100 |
| | nacher | 4,21 | 0,892 | | | |

Legende: M=Mittelwert, s=Standardabweichung, z=Testkennwert, fett: signifikant bei $p \leq 0,05$

Ad H13: Es gibt statistisch signifikante Unterschiede in Bezug auf acht Imago-Skills zwischen der Befragung vor und nach der Imago-Paartherapie. Es besteht kein signifikanter Unterschied zwischen Männern und Frauen diesbezüglich.

13.5.6 Zusammenhänge zwischen Imago-Skills und demographischen Variablen

Mittels Korrelationsanalyse nach Spearman konnte berechnet werden, dass der Zusammenhang zwischen den Imago-Skills und dem Alter der Klienten und Klientinnen sowie der Zusammenhang zwischen den Imago-Skills und der Beziehungsdauer nicht signifikant ist (siehe Tabelle 13).

Tabelle 13: Korrelationsanalyse nach Spearman: Zusammenhang zw. Imago-Skills vor und nach der Therapie und dem Alter der Klienten bzw. der Beziehungsdauer

| | | | Alter der Klienten | Beziehungsdauer |
|--------------|-------------------------|-------------------------|---------------------------|------------------------|
| Spearman Rho | Alter der Klienten | Korrelationskoeffizient | 1,000 | ,632 |
| | | Sign.(2-seitig) | ,015 | |
| | | N | 14 | 14 |
| | Beziehungsdauer | Korrelationskoeffizient | ,632 | 1,000 |
| | | Sign.(2-seitig) | ,015 | |
| | | N | 14 | 14 |
| | Zuhören | Korrelationskoeffizient | -,336 | -,033 |
| | | Sign.(2-seitig) | ,241 | ,910 |
| | | N | 14 | 14 |
| | Verstehen | Korrelationskoeffizient | -,290 | -,244 |
| | | Sign.(2-seitig) | ,314 | ,401 |
| | | N | 14 | 14 |
| | Einfühlen | Korrelationskoeffizient | -,498 | -,300 |
| | | Sign.(2-seitig) | ,070 | ,297 |
| | | N | 14 | 14 |
| | Flüchten | Korrelationskoeffizient | ,235 | ,057 |
| | | Sign.(2-seitig) | ,419 | ,848 |
| | | N | 14 | 14 |
| | Fürsorglich | Korrelationskoeffizient | -,062 | ,114 |
| | | Sign.(2-seitig) | ,832 | ,699 |
| | | N | 14 | 14 |
| | Verletzt | Korrelationskoeffizient | ,169 | ,437 |
| | | Sign.(2-seitig) | ,563 | ,118 |
| | | N | 14 | 14 |
| | Spontan | Korrelationskoeffizient | -,142 | ,123 |
| | | Sign.(2-seitig) | ,629 | ,675 |
| | | N | 14 | 14 |
| | Fordern | Korrelationskoeffizient | ,024 | ,147 |
| | | Sign.(2-seitig) | ,936 | ,615 |
| | | N | 14 | 14 |
| Spaß | Korrelationskoeffizient | -,494 | -,005 | |
| | Sign.(2-seitig) | ,073 | ,988 | |
| | N | 14 | 14 | |
| Kritisieren | Korrelationskoeffizient | ,133 | -,151 | |
| | Sign.(2-seitig) | ,650 | ,605 | |
| | N | 14 | 14 | |

Ad H14: Es gibt keinen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen a) der Veränderung der Imago-Skills und dem Alter der Klienten und b) zwischen der Veränderung der Imago-Skills und der Beziehungsdauer.

13.5.7 Zusammenhänge zwischen Imago-Skills und Partnerschaftsqualitäten

Zwischen der Fähigkeit zuzuhören ($p=,313$) zu verstehen ($p=,280$) sowie sich einzufühlen ($p=,485$) und dem Streitverhalten besteht kein signifikanter Zusammenhang.

Ad H15: Es gibt keinen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen der Fähigkeit a) zuzuhören, b) zu verstehen und c) sich einzufühlen und dem Streitverhalten.

Der Zusammenhang zwischen der Fähigkeit zuzuhören ($p=,229$), zu verstehen ($p=,390$) und sich einzufühlen ($p=,262$) und der Zärtlichkeit ist ebenfalls nicht signifikant (siehe Tabelle 14).

Tabelle 14: Korrelationsanalyse nach Spearman hinsichtlich des Zusammenhangs zwischen 3 Imago-Skills und der Zärtlichkeit jeweils vor und nach der Therapie

| | | | Zuhören | Verstehen | Einfühlen |
|--------------|--------------|-------------------------|---------|-----------|-----------|
| Spearman Rho | Zärtlichkeit | Korrelationskoeffizient | ,344 | ,249 | ,322 |
| | | Sign.(2-seitig) | ,229 | ,390 | ,262 |
| | | N | 14 | 14 | 14 |

Ad H16: Es gibt keinen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen der Fähigkeit a) zuzuhören, b) zu verstehen und c) sich einzufühlen und der Zärtlichkeit vor und nach der Imago-Paartherapie.

13.5.8 Zusammenhänge zwischen Imago Skills und dem Ausmaß der persönlichen Einschränkung

Zwischen dem Ausmaß der persönlichen Einschränkung und vier der elf Imago-Skills gibt es einen signifikanten Zusammenhang (siehe Tabelle 15). Es besteht ein hoher positiver Zusammenhang zwischen der Einschränkung und dem Zuhören ($r=,607$), der Einschränkung und dem Einfühlen ($r=,592$) sowie der Einschränkung und dem Spaß ($r=,598$). Eine hohe negative Korrelation besteht zwischen der Einschränkung und der Kritik ($r=-,600$).

Tabelle 15: Korrelationsanalyse nach Spearman hinsichtlich des Zusammenhangs zwischen vier Imago-Skills vor und nach der Therapie und der persönlichen Einschränkung

| | | | Zuhören | Einfühlen | Spaß | Kritik |
|--------------|---------------|-----------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| Spearman Rho | Einschränkung | Korr.koeffiz. | ,607 | ,592 | ,598 | -,600 |
| | | Sign.(2-seitig) | ,021 | ,026 | ,024 | ,023 |
| | | N | 14 | 14 | 14 | 14 |

Legende: fett: signifikant bei $p \leq 0,05$

Ad H17: Es gibt einen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen Zuhören, Einfühlen, Spaß sowie Kritik und dem Ausmaß der persönlichen Einschränkung.

13.5.9 Zusammenhang zwischen dem Gesamtwert der Partnerschaftsqualität und dem Ausmaß der persönlichen Einschränkung

Zwischen der wahrgenommenen Einschränkung und dem Gesamtwert des Partnerschaftsfragebogens besteht ein signifikanter Zusammenhang ($p=,004$) (siehe Tabelle 16). Der starke positive Zusammenhang ($r=,715$) zeigt, je größer die Einschränkung am Anfang der Therapie war, desto stärker verändert sich die „Partnerschaftsqualität gesamt“.

Tabelle 16: Korrelationsanalyse nach Spearman hinsichtlich des Zusammenhangs zwischen Partnerschaftsqualität gesamt und der persönlichen Einschränkung

| | | Partnerschaftsqualität | |
|--------------|---------------|-------------------------|-------------|
| Spearman Rho | Einschränkung | Korrelationskoeffizient | ,715 |
| | | Sign.(2-seitig) | ,004 |
| | | N | 14 |

Legende: fett: signifikant bei $p \leq 0,05$

Ad H18: Es gibt einen statistisch signifikanten Zusammenhang zwischen der persönlichen Einschränkung und der „Partnerschaftsqualität gesamt“.

14. DISKUSSION

Nachfolgend sollen nun die Ergebnisse dieser ersten Pilotstudie in Hinblick auf die im theoretischen Teil behandelte Literatur und die Fragestellungen dieser Arbeit diskutiert werden.

14.1 UNTERSUCHUNG 1

Die deskriptive Analyse zeigte, dass sowohl die Imagotherapeuten, die schriftliche Begründungen angegeben haben, als auch jene ohne Begründungen, den Zitaten eher zustimmen. Daran ist jene Ambivalenz der Befragten wieder zu erkennen, die auch die schriftlichen Stellungnahmen prägt. Einerseits wird die konzeptuelle Passung erkannt und andererseits bleiben die Therapeuten inhaltlich auf Distanz zu dem, was Jung (1995) als Imago definiert hat und was von Jacobi (1940) in Folge dargestellt wurde. Diese Haltung wird auch offen damit begründet, dass das Wissen über das Konzept von C.G. Jung fehle.

Ein Imagotherapeut, der seine Meinung vorzugsweise in einem Brief zum Ausdruck brachte, meinte, dass das Konzept von C.G. Jung im Rahmen der Imagotherapie-Ausbildung gar nicht diskutiert worden sei. Daher, so die weitere Argumentation, halte er sich für „schlichtweg nicht kompetent, halbwegs reflektiert Stellung zu beziehen“. Da der Kern der Imago-Beziehungstheorie in einer, wie er schreibt, gelingenden Beziehung zu sehen sei, und darin, „dass die Partner einander hören, alle Teile der gehörten Geschichte aufnehmen, die Geschichte gelten lassen und miteinander mitfühlen“, sei die theoretische Konzeption des Imago-Begriffes ziemlich nebensächlich. Tatsache ist jedoch, dass Hendrix (2008) selbst Imago als unbewußtes Bild vom anderen Geschlecht bezeichnet, das von Geburt an durch jene Personen geformt wird, die den größten Einfluß auf diesen Menschen ausüben. Darin ist eine deutliche Parallele zur Definition von Jung zu sehen ist. Umso mehr verwundert es, dass Hendrix sich in seinen Beschreibungen nicht auf Jung bezieht und die Herkunft dieser konzeptuellen

Grundlagen nicht explizit anerkennt.

Was die qualitative Analyse der schriftlichen Stellungnahmen betrifft, dominiert zwar eine gewisse Skepsis gegenüber der Sinnhaftigkeit einer theoretischen Auseinandersetzung über konzeptuelle Hintergründe und Ursprünge von Imago-therapie, aber es ist auch eine pragmatische Grundhaltung erkennbar, die das Wohl der Klienten und Klientinnen stark betont.

14.2 UNTERSUCHUNG 2

Trotz relativ breiter Streuung des Alters (35 bis 69 Jahre) war die Altersgruppe der rund 50-Jährigen am stärksten repräsentiert.

Es zeigte sich nach der Imago-Paartherapie ein signifikanter Unterschied im Streitverhalten, der Zärtlichkeit und in Bezug auf Gemeinsamkeit/Kommunikation im Vergleich zum Therapiebeginn. Die relativ große Wirkung von Imago-Paartherapie auf die Beziehungsqualität ist aus der Fachliteratur bekannt (Hannah, Luquet et al., 1997).

In Bezug auf acht der elf Imago-Skills zeigten sich signifikante Unterschiede zwischen den zwei Untersuchungszeitpunkten. Auch dieser Effekt ist aus der Literatur bekannt (Hannah, Luquet et al. 1997). Auf Basis seiner Forschungsergebnisse konnte Rogers (1973) bereits auf die große Bedeutung folgender drei Grundhaltungen des Therapeuten hinweisen: Echtheit oder Kongruenz, vollständige Akzeptanz oder bedingungslose positive Wertschätzung und genaues empathisches Verstehen. Im Rahmen der Imago-Paartherapie üben die Partner (Imago-Dialog), unter anderen diese Grundhaltungen einzunehmen um einander in Veränderungsprozessen beistehen zu können und die Qualität der Partnerschaft zu verbessern.

Die durch Korrelationsanalysen berechneten Zusammenhänge zwischen dem Alter, der Beziehungsdauer und den Imago-Skills führten zu keinen signifikanten Ergebnissen.

Der Zusammenhang zwischen der Fähigkeit zuzuhören, zu verstehen, sich einzufühlen und der Zärtlichkeit war ebenso nicht signifikant. Hendrix (2008)

geht davon aus, dass der Imago Dialog eine wesentliche Voraussetzung für eine sichere und intime Beziehung ist. Weitere Untersuchungen werden notwendig sein, um diese Aussagen empirisch zu bestätigen.

Der Zusammenhang zwischen den vier Imago Skills Zuhören, Einfühlen, Spaß sowie Kritisieren und der persönlichen Einschränkung ist signifikant. Damit konnte die Studie von Hannah, Luquet et al. (1997) wiederum bestätigt werden. Auch Gottman (1994), sieht in der Kritik am Partner eines jener Kommunikationsmuster, das in besonderer Weise zu einer Verschlechterung der Paarbeziehung beiträgt. Versucht Paartherapie gezielt die Neigung, den Partner zu kritisieren zu verringern, ist es möglich, den Erfolg der Therapie zu erhöhen und das Gefühl, persönlich eingeschränkt zu sein, zu verringern. Kommunikationstraining, das auch Teil der Imago-Paartherapie ist, ermöglicht es, angemessenes Verhalten sowohl in der Rolle des Sprechers als auch Zuhörers zu erlernen. Bodenmann (2002) sieht die Voraussetzung für dieses Lernen ebenfalls im Interesse am Partner, der gegenseitigen Wertschätzung, Akzeptanz und Echtheit sowie der Fokussierung auf relevante Inhalte, der Eingrenzung der Themen und Förderung der Aufeinanderbezogenheit.

Der signifikante Zusammenhang zwischen persönlicher Einschränkung und der Partnerschaftsqualität gesamt bestätigt noch einmal die Ergebnisse der Literatur (Hannah, Luquet et al. 1997). Besonders in Zeiten akuter partnerschaftlicher Schwierigkeiten kann Imago-Paartherapie relativ rasch zur Entlastung beitragen und sowohl die Qualität der Beziehung verbessern als auch das Gefühl der Einschränkung des Einzelnen verringern.

Was psychotherapeutische Prozess- und Wirksamkeitsforschung betrifft konnte Grawe (2000) vier Wirkfaktoren ableiten, die auch im Rahmen der Imago-Paartherapie zum Tragen kommen. Dabei handelt es sich um Ressourcenaktivierung, Problemaktualisierung, aktive Hilfe zur Problembewältigung und motivationale Klärung.

15. KRITIK

Sowohl in Bezug auf die Untersuchung der Definition der Begriffe Imago und Imagotherapie durch Imagotherapeuten (1) als auch auf die Untersuchung der Veränderung von Paarbeziehungen im Rahmen einer imagotherapeutischen Intervention (2), wäre eine größere Gesamtstichprobe von Vorteil gewesen. Was die Altersverteilung, die Schulbildung und den Familienstand in Untersuchung 2 betrifft, bleibt die Frage offen, welche Auswirkung eine weniger homogene Stichprobe auf das Ergebnis gehabt hätte. Eine Vorselektion der Stichprobe durch die Imagotherapeuten und Imagotherapeutinnen kann außerdem nicht ausgeschlossen werden. Offen bleibt an dieser Stelle auch die Frage, welche Auswirkungen Imagotherapie langfristig auf Paare hat. Aufgrund der zeitlichen Begrenzung, der diese Untersuchung unterlag, war es nicht möglich, dies zu überprüfen.

Grundsätzlich muss davon ausgegangen werden, so Seligman (2000), dass retrospektive Auskünfte, wie sie in Untersuchung 2 gegeben wurden, nicht so valide sind wie aktuelle Beobachtungen. Rückblickende Betrachtungen können das Ergebnis rosiger oder düsterer färben.

Weiters hat die wissenschaftliche Vereinigung amerikanischer Psychologen (APA) Kriterien zur Beurteilung wirksamer Psychotherapieverfahren definiert. Scheib und Brunner (in Wirsching 2002) nehmen darauf Bezug wenn sie schreiben:

„(es) gilt eine Psychotherapiemethode als in ihrer Wirksamkeit gut belegt, wenn die Therapiemethode im Vergleich mit einer alternativen oder einer Placebo-Behandlung und einer unbehandelten Kontrollgruppe im randomisierten Gruppenvergleich geprüft wurde. Als wirksam kann die Methode angesehen werden, wenn mindestens zwei unabhängige Forschergruppen deren Wirksamkeit nachweisen konnten.“ (S.665)

Diesen Kriterien konnte in der vorliegenden Arbeit nicht entsprochen werden. Im nächsten Evaluationsschritt ist daher ein Untersuchungs-/Kontrollgruppenplan notwendig.

16. ZUSAMMENFASSUNG

Schwerpunkt dieser Arbeit ist in Untersuchung 1 die Frage, was Imagotherapeuten und Imagotherapeutinnen in Österreich unter dem ursprünglich von C.G. Jung geprägten Begriff Imago verstehen und wieweit Übereinstimmung mit Jung's Theorie über die Begegnung mit den komplementär-geschlechtlichen Anteilen der Psyche (Animus/Anima) besteht. Im Zuge dieser Untersuchung wurden alle Imagotherapeuten und Imagotherapeutinnen Österreichs gebeten, einen Fragebogen zu bearbeiten, der aus 14 Zitaten von J. Jacobi zum Imago-Begriff bestand. Die Stichprobe umfasste letztlich 12 Personen.

In Untersuchung 2 stellten sich 6 Klienten und 8 Klientinnen aus Graz, Wien und Linz zur Verfügung. Es nahmen Personen im Alter von 35 bis 69 Jahren an der Untersuchung teil. Als Meßinstrument diente ein 4-teiliger Fragebogen (Demographischer Teil, Partnerschaftsfragebogen, Fragebogen zur Imagotherapie, Kurzform des NEO-FFI), der sich auf den Beginn der Therapie bezog. Am Ende der Therapie wurden die Klienten und Klientinnen gebeten, erneut den Partnerschaftsfragebogen sowie den Fragebogen zur Imagotherapie auszufüllen um Effekte berechnen zu können.

Konkret wurden die Partnerschaftsqualitäten Streitverhalten, Zärtlichkeit und Kommunikation/Gemeinsamkeiten untersucht sowie die im Rahmen der Imago-Paartherapie erworbenen Imago-Skills, zu denen unter anderen die Fertigkeiten Zuhören, Verstehen und Einfühlen zählen. Es sollte geklärt werden, ob es einen Einfluss des Geschlechts auf die Veränderung der Partnerschaftsqualitäten bzw. auf die Veränderung der Imago-Fertigkeiten gibt. Weiters wurde der Einfluss von soziodemographischen Variablen auf die Partnerschaftsqualitäten untersucht sowie der Zusammenhang mit Persönlichkeitsmerkmalen. Im Bezug auf die Imago-Skills wurde ebenfalls der Einfluss soziodemographischer Variablen aber auch der Zusammenhang der Fertigkeiten mit den drei Partnerschaftsqualitäten untersucht. Abschließend wurde noch der Frage nachgegangen, welchen Einfluss die persönliche Einschränkung auf die Veränderung der Imago-Skills einerseits und auf die Partnerschaftsqualität generell ausübt.

In Bezug auf Untersuchung 1 zeigte sich, dass die Befragten beider Gruppen (mit und ohne schriftlicher Begründung) den Zitaten eher zustimmten. Die qualitative Analyse der Kommentare unterstreicht dieses Ergebnis insofern, als tendenziell eine skeptische Grundhaltung gegenüber einer differenzierten, theoretischen Auseinandersetzung zum Imago Konzept von C.G. Jung zu erkennen war.

In Untersuchung 2 zeigte sich, die Partnerschaftsqualitäten betreffend, ein signifikanter Unterschied in allen drei Dimensionen zwischen den beiden Untersuchungszeitpunkten. Klienten und Klientinnen einer Imago-Paartherapie geben nach der Therapie an, weniger zu streiten, mehr Zärtlichkeiten auszutauschen und sie betrachten ihre Kommunikation als verbessert. Es konnte jedoch kein Unterschied zwischen den Geschlechtern in Bezug auf diese Veränderungen gefunden werden.

Auch in Bezug auf den Zusammenhang zwischen den drei Dimensionen der Partnerschaftsqualität und soziodemographischen Fragestellungen liegen keine signifikanten Ergebnisse vor. In Bezug auf die Beziehungsdauer und die Kommunikation konnte jedoch festgestellt werden, dass sich die Kommunikation zwischen den Partnern tendenziell bei geringerer Beziehungsdauer verbessert. Was Persönlichkeitsmerkmale und ihren Einfluss auf die Partnerschaftsqualität betrifft, führten die Berechnungen zu keinen signifikanten Ergebnissen.

In Bezug auf acht Imago-Skills ist der Unterschied vor und nach der Therapie signifikant. Das heißt, nach der Therapie sind die meisten Fertigkeiten, die sich auf eine Partnerschaft positiv auswirken, stärker ausgeprägt als vorher. Die Tendenz, den Partner zu kritisieren, war nach der Therapie nicht mehr so stark ausgeprägt. Zwischen Frauen und Männern zeigten sich jedoch keine Unterschiede in Bezug auf diese Veränderungen.

Den Zusammenhang zwischen Imago-Skills und demographischen Variablen betreffend konnte kein signifikanter Zusammenhang festgestellt werden.

Abschließend wurde in die Berechnungen das Ausmaß der persönlichen Einschränkung miteinbezogen. Es zeigte sich ein signifikant positiver Zusammenhang zwischen Zuhören, Einfühlen und Spaß, sowie ein signifikant negativer zwischen Kritik und Einschränkung. Auch zwischen der Partnerschaftsqualität generell und

der Einschränkung wurde ein signifikant positiver Zusammenhang berechnet.

Imagotherapeutische Interventionen zeigen Effekte, das geht aus der vorliegende Arbeit hervor. Weiterer Forschungsbedarf besteht, um diese Tatsache noch deutlicher sichtbar zu machen.

ANHANG

17. LITERATURVERZEICHNIS

- Bauriedl, T., Cierpka, M., Neraal, T. & Reich, G. (2002).* In M. Wirsching & P. Scheib, (Hg.), Paar-und Familientherapie. Springer-Verlag. Berlin, Heidelberg
- Beeton, T. (2006).* Dyadic adjustment and the use of Imago Skills among past participants of the "Getting the Love You Want" workshop for couples. Unpublished doctoral dissertation, Walden University, Minneapolis MN.
- Belenky, M. F., Mc Vicker Clinchy, B., Goldberger, N. R. & Tarule, J. M. (1989).* Das andere Denken. Persönlichkeit, Moral und Intellekt der Frau. Campus Verlag. Frankfurt/New York.
- Bertoni, A. & Bodenmann, G. (2010).* Satisfied and Dissatisfied Couples. Positive and Negative Dimensions, Conflict Styles and Relationships With Family of Origin. *European Psychologist*; Vol. 15(3): 175-184
- Bodenmann, G. (2002).* Paartherapie aus verhaltenstherapeutischer Sicht. In M. Wirsching & P. Scheib, (Hg.), Paar-und Familientherapie. Springer-Verlag. Berlin, Heidelberg.
- Borkenau, P. & Ostendorf, F. (2008).* Neo-Fünf-Faktoren-Inventar nach Costa & Mc Crae. Dimensionen: Neurotizismus, Extraversion, Offenheit, Verträglichkeit, Gewissenhaftigkeit. Hogrefe. Göttingen.
- Bortz, J. (1985).* Lehrbuch der Statistik für Sozialwissenschaftler. Springer Verlag. Berlin.

- Braukhaus, Ch., Saßmann, H. & Hahlweg, K. (2000).* Erfolgsbedingungen von Partnerschaften. In P. Kaiser (Hg.), Partnerschaft und Paartherapie. Hogrefe. Göttingen
- Buber, M. (2001).* Ich und du. Reclam. Ditzingen.
- Christensen, A. & Heavey, C. L. (1999).* Interventions for Couples. Annual Rev. Psychol. 50:165-90.
- Gilligan, C. (1982).* In a Different Voice. Psychological Theory and Women's Development. Harvard University Press. Cambridge, Massachusetts, London.
- Gottman, J. M. (1998).* Psychology and the study of marital processes. Annual Review of Psychology; 49, Research Library pg.169-97.
- Gottman, J. M. (1995).* Glücklich verheiratet? Wilhelm Heyne Verlag. München.
- Gottman, J. M. (1993).* The Roles of Conflict Engagement, Escalation, and Avoidance in Marital Interaction. A Longitudinal View of Five Types of Couples. Journal of Consulting and Clinical Psychology, Vol.61. 6-15.
- Grawe, K. (2000).* Grundriß einer Allgemeinen Psychotherapie. In M. Hochgerner, & E. Wildberger (Hg.), Was heilt in der Psychotherapie? Überlegungen zur Wirksamkeitsforschung und Methodenspezifische Denkweisen. Facultas Universitätsverlag. Wien.
- Grawe, K. & Donati, R. & Bernauer, F. (1994).* Psychotherapie im Wandel. Von der Konfession zur Profession. Hogrefe Verlag für Psychologie. Göttingen.
- Hahlweg, K. (1996).* Fragebogen zur Partnerschaftsdiagnostik: (FPD) / K. Hahlweg. Hogrefe Verlag für Psychologie. Göttingen.

- Hannah, M.T., Case, R., Fennell, E., Agresta, V., Lisi, K., Zebrowski, L. & Berkery, K. (1996).* Dyadic adjustment and the practice of effective relationship skills among Imago therapists. *The Journal of Imago Relationship Therapy*, 1(1), 55-65.
- Hannah, M. T., Luquet, W., McCormick, J., Galvin, K., Ketterer, K., May, K., Hayes, R. & Kot, L.A. (1997).* Brief Report. Short term Imago Therapy and Changes in Personal and Relational Distress. *The Journal of Imago Relationship Therapy*, 2 (2), 55-67.
- Heekerens, H. P. (2000).* Die Emotions-Fokussierte Paartherapie. Ansatz, Ergebnis- und Prozeßevaluation. In P. Kaiser (Hg.), *Partnerschaft und Paartherapie*. Hogrefe. Göttingen.
- Hendrix, H. (1996).* The Evolution of Imago Relationship Therapy. A Personal and Professional Journey. *The Journal of Imago Relationship Therapy*, 1 (1), 1-17
- Hendrix, H., Hunt, H., Hannah, M. T. & Luquet, W. (2005).* *Imago Relationship Therapy. Perspectives on Theory*. Jossey Bass. San Francisco.
- Hendrix, H. (2008).* *Getting the Love You Want. A Guide for Couples*. Holt. New York.
- Hendrix, H. (2009).* *Ohne Wenn und Aber. Zur Liebe fürs Leben-für Singles und Paare*. Renate Götz Verlag. Dörfles.
- Hendrix, H. & Hunt, H. (2009).* „Soviel Liebe wie du brauchst“ das Workshop Arbeitsbuch für Paare. Imago Gesellschaft Österreich. Wien.
- Hochgerner, M. & Wildberger, E. (Hg.) (2000).* *Was heilt in der Psychotherapie? Überlegungen zur Wirksamkeitsforschung und Methodenspezifische Denkweisen*. Facultas Universitätsverlag. Wien.

- Jacobi, J. (1940).* Die Psychologie von C.G.Jung. Eine Einführung in das Gesamtwerk von Dr. Jolan Jacobi. Rascher. Zürich.
- Jung, C. G. (1995).* Freud und die Psychoanalyse. (Hg. F. Riklin, L. Jung-Merkler, & E. Rűf), Walter Verlag. Solothurn und Düsseldorf.
- Kaiser, P. (Hg.) (2000).* Partnerschaft und Paartherapie. Hogrefe. Göttingen.
- Karney, B. R. & Bradbury, T. (1995).* The Longitudinal Course of Marital Quality and Stability. A Review of Theory, Method, and Research. Psychological Bulletin, Vol.118, No.1, 3-34.
- Kowalczyk, A. (2000).* Systemische Paartherapie. In P. Kaiser (Hg.), Partnerschaft und Paartherapie. Hogrefe. Göttingen.
- Kreische, R. (2000).* Psychoanalytische Paartherapie. In P. Kaiser (Hg.), Partnerschaft und Paartherapie. Hogrefe. Göttingen
- Kriz, J. (1994, 2007).* Grundkonzepte der Psychotherapie. Verlagsgruppe Beltz. Weinheim.
- Lee, J. A. (1988).* Love Styles. In R. J. Sternberg & M. L. Barnes (Hg.), The Psychology of Love. Yale University Press. New Haven and London.
- Linster, H.-W. (2000).* Klientenzentrierte Paartherapie. In P. Kaiser (Hg.), Partnerschaft und Paartherapie. Hogrefe. Göttingen.
- Ludewig, K. (2002).* Systemische Therapie mit Paaren und Familien. In M. Wirsching & P. Scheib (Hg.), Paar-und Familientherapie. Springer-Verlag. Berlin, Heidelberg.
- Luquet, W. (2005).* A Theory of Relationality. In H. Hendrix et al. (Hg.), Imago Relationship Therapy. Perspectives on Theory. Jossey-Bass. San Francisco.

- Luquet, W. & Hannah, M. T. (1996).* The efficacy of short-term Imago Therapy. preliminary findings. *The Journal of Imago Relationship Therapy*, 1 (1), 67-75.
- Mason, R. C. (2005).* My View of Imago. In H. Hendrix et al. (Hg.), *Imago Relationship Therapy. Perspectives on Theory*. Jossey-Bass. San Francisco
- Mayring, P. (2008).* *Qualitative Inhaltsanalyse. Grundlagen und Techniken*. Beltz Verlag. Weinheim und Basel.
- Meyers Großes Taschenlexikon (2001).* B.I. Taschenbuchverlag. Mannheim.
- Pritz, A. (Hg.) (1996).* *Psychotherapie – eine neue Wissenschaft vom Menschen*. Springer. Wien, New York.
- Psyonline (2011).* (Online im Internet) URL: <http://www.psyonline.at/contents/558/anzahl-der-psychotherapeutinnen-in-oesterreich-nach-methoden> (29.7.2011)
- Ringler, M. (2000).* Aspekte der Psychotherapieergebnisforschung. In M. Hochgerner & E. Wildberger (Hg.), *Was heilt in der Psychotherapie*. Facultas-Universitäts-Verlag. Wien.
- Rogers, C. R. (1973).* *Die klientbezogene Gesprächstherapie*. Kindler. München.
- Rogers, C. R. (1985).* *Entwicklung der Persönlichkeit. Psychotherapie aus Sicht eines Therapeuten*. Klett-Cotta. Stuttgart.
- Rogers, C. R. (1992).* *Therapeut und Klient. Grundlagen der Gesprächspsychotherapie*. Fischer. Frankfurt.
- Schneewind, K. A., Graf, J. & Gerhard, A.-K. (2000).* In P. Kaiser (Hg.), *Partnerschaft und Paartherapie*. Hogrefe. Göttingen.

- Seligmann, M. (2000).* Die Effektivität von Psychotherapie. In M. Hochgerner, & E. Wildberger (Hg.), Was heilt in der Psychotherapie? Überlegungen zur Wirksamkeitsforschung und Methodenspezifische Denkweisen. Facultas Universitätsverlag. Wien
- Steiner, E., Brandl-Nebhay, A. & Reiter, L. (2002).* Die Geschichte. Von der Familientherapie zur systemischen Perspektive. In M. Wirsching & P. Scheib (Hg.), Paar- und Familientherapie. Springer-Verlag. Berlin, Heidelberg
- Stumm, G. & Jandl-Jäger, E. (2006).* Psychotherapie. Ausbildung in Österreich. Falter Verlag. Wien.
- Tramitz, C. (2000).* Die Annäherung – der Erstkontakt zwischen Mann und Frau. In P. Kaiser (Hg.), Partnerschaft und Paartherapie. Hogrefe. Göttingen.
- Willi, J. (2002).* Psychologie der Liebe. Persönliche Entwicklung durch Partnerbeziehung. Klett-Cotta. Stuttgart.
- Willi, J. (1978).* Die Zweierbeziehung. Rowohlt. Reinbeck bei Hamburg.
- Willi, J. (1985).* Koevolution. Die Kunst gemeinsamen Wachstums. Rowohlt. Hamburg.
- Wirsching, M. & Scheib, P. (Hg.) (2002).* Paar- und Familientherapie. Springer-Verlag. Berlin, Heidelberg.

18. TABELLENVERZEICHNIS

| | |
|--|-----|
| <i>Tabelle 1:</i> Anerkannte Psychotherapie-Methoden in Österreich | 64 |
| <i>Tabelle 2:</i> Normative Paarentwicklung | 74 |
| <i>Tabelle 3:</i> Kommunikationsmuster unglücklicher Paare | 76 |
| <i>Tabelle 4:</i> Schulabschluss | 107 |
| <i>Tabelle 5:</i> Familienstand | 108 |
| <i>Tabelle 6:</i> Einschränkung | 110 |
| <i>Tabelle 7:</i> Anwohnhäufigkeiten Gruppe mit Begründungen – Gruppe ohne Begründungen | 124 |
| <i>Tabelle 8:</i> Häufigkeiten der Antworten mit Begründungen | 125 |
| <i>Tabelle 9:</i> Häufigkeiten der Antworten ohne Begründungen | 125 |
| <i>Tabelle 10:</i> Wilcoxon Test hinsichtlich der Veränderung der drei Partner- schaftsqualitäten vor und nach der Imago-Paartherapie | 127 |
| <i>Tabelle 11:</i> Gruppenmedian: Beziehungsdauer in Bezug auf die Kommunikation vor und nach der Therapie. | 129 |
| <i>Tabelle 12:</i> Wilcoxon Test hinsichtlich Unterschieden in Imago-Skills vor und nach der Therapie sowie Unterschied zwischen Frauen und Männern | 131 |
| <i>Tabelle 13:</i> Korrelationsanalyse nach Spearman: Zusammenhang zw. Imago-Skills vor und nach der Therapie und dem Alter der Klienten bzw. der Beziehungsdauer | 133 |
| <i>Tabelle 14:</i> Korrelationsanalyse nach Spearman hinsichtlich des Zusammenhangs zwischen 3 Imago-Skills und der Zärtlichkeit jeweils vor und nach der Therapie | 134 |

Tabelle 15: Korrelationsanalyse nach Spearman hinsichtlich des Zusammenhangs zwischen vier Imago-Skills vor und nach der Therapie und der persönlichen Einschränkung..... 135

Tabelle 16: Korrelationsanalyse nach Spearman hinsichtlich des Zusammenhangs zwischen Partnerschaftsqualität gesamt und der persönlichen Einschränkung 136

19. ABBILDUNGSVERZEICHNIS

| | |
|--|-----|
| <i>Abbildung 1: Altersverteilung</i> | 106 |
| <i>Abbildung 2: Verteilung Beziehungsdauer</i> | 109 |

20. UNTERSUCHUNG 1: KOMMENTARE DER IMAGOTHERAPEUTEN

1. „Seelenbild“

Stimme eher nicht zu weil:

- 1: Bei Imago geht es eher um Kindheitsverletzungen, die wir im anderen erkennen
- 3: wesentlicher Anteil des Individuationsprozesses ist die Integration des „Schattens“, nicht so sehr die Begegnung mit Anima (Animus)
- 6: Die Betonung des Geschlechtlichen und andersge schlechtlichen ist mir in diesen Zitaten zu stark. Ich sehe eher das Persönliche und anderspersönliche. Aber, wie Buber sagt: am Du werden wir zum Ich (Individuationsprozeß) und dass das eigene Unbewußte auf den P projiziert wird, dem stimme ich zu

2. „Projektion“

Stimme eher nicht zu weil:

- 1: C.G. Jungs Ausführungen beschreiben nicht die Imago Theorie
- 4: nicht nur „andersgeschlechtlich“
- 6: Die Betonung des Geschlechtlichen und andersgeschlechtlichen ist mir in diesen Zitaten zu stark. Ich sehe eher das Persönliche und anderspersönliche. Aber, wie Buber sagt: am Du werden wir zum Ich (Individuationsprozeß) und dass das eigene Unbewußte auf den P projiziert wird, dem stimme ich zu

Stimme zu:

- 7: sind die Anteile, die abgespalten werden u, projiziert beim Anderen „sehbar“ werden

3. „Partnerwahl“

Stimme zu weil:

- 6: Ganz i. S. der Imagotherapie: die unbewußte Partnerwahl führt uns zu jemandem, der unsere verleugneten

verlorenen

abgelehnten

verborgenen Selbstanteile in sich trägt

7: weil die Eigenschaften in d. Erinnerungsspur des UB bekannt sind und daher die Bekanntheit des Anderen pers. Gefühle auslöst;

Stimme eher zu weil:

3: – Kompensatorisch

– Heilung von Verletzungen

– Erfüllung von Sehnsüchten

Stimme eher nicht zu weil:

1: Nach Imago Bez.Theorie suchen wir unbewußt einen Menschen mit ähnlichen Verletzungen, der aber seine Verletzung gegensätzlich kompensiert hat

Stimme nicht zu weil:

2: Die Eigenschaften des nicht gelebten Selbst finden im Anderen

4. „Innerpsychische Verfassung“

Stimme eher zu weil:

2: Das Hier und Jetzt der Beziehungs.gestaltg. ist ebenso wichtig

Stimmer eher nicht zu:

7: d.h. ja man würde je nach innerpsych. Verfassung immer andere Partner wählen. Am Weg d. Selbsterkenntnis kann d. Seelenbild sich verändern, dazu ist dies jedoch d. erste Schritt u. wird eines längeren (Stabilisierungs-) Prozesses bedürfen.

Stimme zu weil:

6: ist eine Bekräftigung der vorherigen Aussage: zu entdecken und durchzuarbeiten wovon ich träume und inwieweit ich es als zu mir gehörig integrieren kann, ist wichtig für den Weg d. Selbsterkenntnis

5. „Komplexität“

Stimme eher nicht zu:

- 1: Nona
- 2: Das eine schließt das andere nicht aus. Eindeutig kann es auch innerhalb der Ambivalenz sein
- 4: „typisch“ weiblich/männlich ist traditions-,kultur- etc. abhängig

6. „Wunschpartner“

Stimme zu weil:

- 6: was jemd. bewusst oder unbewußt an sich nicht zulässt, „übergibt“ er dem/r P. um es dort in der Projektion („dort...Projektion“ wurde eingefügt, A.d.V.) „zu leben“ und dort kann er/sie es dann ablehnen oder bewundern

7. „Inkongruenz“

Stimme zu weil:

- 5: (Pfeil von den Enttäuschungen her kommend A.d.V)...die durch das Erarbeiten immer wieder neuer Bewusstheiten wieder zu neuen Kongruenzen und Klarheiten führen.

Stimme eher zu weil:

- 6: Das passt zur 90/10- Formel: im Partner sehen wir 90% aus d. mitgebrachten Imago, die der Kindheit entstammt, während er tats. Nur 10% davon einlöst. Das führt zu Konflikten, Enttäuschungen, ist aber auch eine Chance, etwas Gegenwärtiges und Neues zu entwickeln.

Stimme eher nicht zu weil:

- 2: Die Konflikte beruhen nicht so sehr auf die ihn projizierten Bilder als auf die Wünsche, die vom Träger nicht erfüllt werden

Keine Angabe weil:

- 4: Habe mich mit der Archetypenlehre nicht genügend auseinandergesetzt

8. „Gegengeschlechtliche Vorzeichen“

Stimme eher zu:

- 5: klingt für mich logisch, ob ich das x) (x gemacht bei: „das ges. Unbewußte des Mannes weibliches und das der Frau männliches Vorzeichen“ A.d.V.) in dieser Absolutheit bejahen kann, bin ich nicht sicher.
- 6: kann man so sagen- meint wieder, dass unbewußte Anteile auf P. projiziert werden u. ich im anderen mich sehe: geht m. E. aber über weibl.-männlich hinaus und kann viele Eigenschaften betreffen

Stimme nicht zu weil:

- 1: Imago ist keine psychoanalytische Therapie
- 3: Auch das Unbewußte hat immer weibl. & männl. Vorzeichen

Keine Angabe:

- 2: Damit kenn ich mich nicht aus, mit den weiblichen und männlichen Vorzeichen

9. „Wahre Natur“

Keine Angabe:

- 5: mit dem Begriff „verfallen“ fange ich wenig an. Ich würde eher von „kindlichen Abhängigkeiten“ sprechen.

Stimme zu:

- 6: Ja, verfallen sein ist etwas Unbewußtes. Bewußt werden wer ich bin nimmt dem anderen die Magie, dass ich ihn unbedingt brauche, um vollständig zu sein. Wenn ich (per?) Bewußtwerdungsprozeß vollständig geworden bin, kann ich ich sein und der andere der andere.

10. „Bewußt-Machen“

Stimme zu:

- 6: Ja, genau und das führt zu mehr Gelassenheit und Frieden i. d. Bez.

11: „Emotionen“*Stimme eher zu:*

- 1: Imago bietet dazu auch Werkzeuge (Dialoge) auf der Verhaltensebene an.
- 5: ...nicht nur das Gegengeschlechtliche, sondern alle verdrängten Persönlichkeitsteile.

Stimme eher nicht zu:

- 3: die Kontrollmöglichkeit in der Vernunft hat trotz Erkenntnis deutliche Grenzen

12. „Tiefe Liebe“*Stimme zu:*

- 6: tiefere Liebe aufgrund hoher Integration d. eig. Anteile: ja!

Stimme eher zu:

- 1: Einsamkeit stimme ich nicht zu, tieferer Liebe schon
- 2: („die“ wurde vom Antwortenden gelöscht A.d.V.) Vollkommenheit finde wir es im („Tot“ ebenso gelöscht)
- 3: wir verlieben uns trotzdem

Stimme eher nicht zu:

- 6: Unabhängigkeit muß nicht mit Einsamkeit einhergehen

Stimme nicht zu:

- 5: sich immer wieder auf's Neue verlieben x) (mit Fußnote versehen A.d.V.) (x) in denselben (!) Partner, in dieselbe Partnerin) ist aus meiner Sicht und Erfahrung möglich und wichtig auf dem Weg in die „reife Liebe“, wenngleich diese Art von Verliebtheit auf einer anderen Bewußtseinsstufe stattfindet als die „naive Verliebtheit“, die von vielen Illusionen getragen ist.
- 6: (in Bezug auf den Absatz: „Auch „verliebt“ wird...“A.d.V.) ein neuer P. lässt durchaus das Ganze von vorn beginnen u. fordert zu neuer Integration heraus

13. „Richtige Distanz“

Stimme eher zu:

6: sehr schön!

5: hier würde ich den Begriff „rückhaltlos“ durch „bedingungslos“ oder „klarer“ oder „sicherer“ ersetzen.

14. „Persönlichkeitserweiterung“

Stimme eher zu:

7: wosein das alles idealisiert ist und m.E. der Weg in Wirklichkeit niemals endet:
there is no end of integration (F.S. Perls)

21. FRAGEBOGEN

Sehr geehrte ImagotherapeutInnen!

Im Rahmen meiner Diplomarbeit im Fach Psychologie und in Kooperation mit Fr. Mag. Gatt-Iro von der Imago Gesellschaft Österreich gehe ich der Frage nach, in welcher Weise die Imago-Paartherapie dazu beitragen kann, dass es Paaren gelingt, Paare zu bleiben. Dazu ist es notwendig, dass Imago-Konzept, das ursprünglich von C.G. Jung entwickelt wurde, detailliert zu analysieren.
 Bitte nehmen Sie sich etwas Zeit und begründen Sie möglichst ausführlich, inwiefern Sie den folgenden Zitate, die sich auf dieses Konzept beziehen, zustimmen bzw. nicht zustimmen können. (Die Zitate stammen aus dem Werk von Dr. Jolan Jacobi „Die Psychologie von C.G. Jung“).

| Zitat | Stimme zu | Stimme eher zu | Stimme eher nicht zu | Stimme nicht zu | Begründung |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|------------|
| <p>Der Individuationsprozess ist unter anderem durch die Begegnung mit der Gestalt des „Seelenbildes“ gekennzeichnet (bei Jung Anima und Animus). Das Seelenbild „stellt also das Bild vom anderen Geschlecht, das wir als einmalige Einzelwesen, aber auch das, was wir als Artwesen in uns tragen, dar.“</p> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |
| <p>Alles, was sich im Unbewussten befindet ist immer projiziert „Demzufolge erlebt man seinen eigenen andersgeschlechtlichen Urgrund (...) am anderen.“</p> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |

| Zitat | Stimme zu | Stimme eher zu | Stimme nicht zu | Begründung |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|------------|
| <p>„Man wählt einen anderen, man bindet sich an einen anderen, der die Eigenschaften der eigenen Seele darstellt.“</p> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |
| <p>„Die Beschaffenheit unseres Seelenbildes, die Anima bzw. der Animus unserer Träume, ist der natürliche Gradmesser unserer innerpsychischen Verfassung. Sie verdient auf dem Weg der Selbsterkenntnis eine ganz besondere Beachtung.“</p> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |

| Zitat | Stimme zu | Stimme eher zu | Stimme eher nicht zu | Stimme nicht zu | Begründung |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|------------|
| <p>„Das Seelenbild ist selten eindeutig, fast immer eine komplex-schillernde Erscheinung, mit allen Eigenschaften gegensätzlichster Natur ausgestattet, soweit diese eben weiblich bzw. männlich typisch sind.“</p> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |
| <p>Die Verdrängung weiblicher(männlicher) Züge führt natürlich zu einer Anhäufung dieser Ansprüche im Unbewussten. Die Imago der Frau (des Mannes) wird ebenso natürlich zum Rezeptakulum dieser Ansprüche. Man versucht die Partnerin (den Partner) zu gewinnen, die (der) der eigenen unbewussten Weiblichkeit(Männlichkeit) am besten entspricht.</p> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |

| Zitat | Stimme zu | Stimme eher zu | Stimme eher nicht zu | Stimme nicht zu | Begründung |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|------------|
| <p>„Freilich wird ein Archetypus, (..) sich niemals mit dem tatsächlichen Sosein eines individuellen Menschen decken; und zwar je individueller ein Mensch ist, also desto inkongruenter werden sich der Träger und das auf ihn projizierte Bild erweisen.(..) Diese Inkongruenz (..) wird zu unvermeidlichen Konflikten und Enttäuschungen führen.“</p> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |
| <p>„Solange die verschiedenen Aspekte und Züge der unbewussten Psyche noch nicht von einander unterschieden, herausdifferenziert und an das Bewusstsein angeschlossen sind (..) hat das gesamte Unbewusste des Mannes weibliches und das der Frau männliches Vorzeichen.“</p> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |

| Zitat | Stimme zu | Stimme eher zu | Stimme eher nicht zu | Stimme nicht zu | Begründung |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|------------|
| <p>„(..) man ist einer Frau bzw. einem Mann nur solange verfallen (..) als man ihre wahre Natur nicht durchschaut hat. Die aber kann man nur in sich selber durchschauen, weil wir ja unsere Partner zumeist so wählen, dass sie für unseren uns unbekanntem, unbewussten psychischen Persönlichkeitsteil stehen.“</p> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |
| <p>„Ist dieser (Persönlichkeitsteil A.d.V.) einmal bewusst gemacht, dann schiebt man nicht mehr die eigenen Fehler auf den weiblichen bzw. männlichen Partner, d.h. die Projektion wird aufgehoben. Dadurch wird aber eine Menge psychischer Energie (..) zurückgenommen und kann dem eigenen Ich zur Verfügung gestellt werden.“</p> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |

| Zitat | Stimme zu | Stimme eher zu | Stimme eher nicht zu | Stimme nicht zu | Begründung |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|------------|
| <p>„Hat man das Gegengeschlechtliche in der eigenen Seele durchschaut und bewusst gemacht, dann hat man sich und seine Emotionen und Affekte weitgehend in der eigenen Hand.“</p> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |
| <p>Laut C. G. Jung führt dieses Bewusstmachen dann zu wirklicher Unabhängigkeit, „wenn auch gleichzeitig Einsamkeit- jene Einsamkeit des „innerlich freien“ Menschen, den keine Liebesbeziehung oder Partnerschaft mehr in Ketten zu schlagen vermag“ ... „Auch „verliebt“ wird ein solcher Mensch kaum mehr sein können, denn er kann sich an keinen anderen mehr verlieren; er wird aber umso tieferer „Liebe“ fähig sein im Sinne einer bewussten Hingabe an das Du.“</p> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |

| Zitat | Stimme zu | Stimme eher zu | Stimme eher nicht zu | Stimme nicht zu | Begründung |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|------------|
| <p>„(..) seine Einsamkeit entfremdet ihn der Welt nicht, sie schafft nur die richtige Distanz zu ihr. Und indem sie ihn fester verankert in seinem Wesen, ermöglicht sie ihm sogar ein rückhaltloseres, weil seine Eigenart nicht mehr gefährdendes Eingehen auf seinen Mitmenschen.“</p> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |
| <p>„Ist das Bild erkannt und erschlossen, dann hört es auf, vom Unbewussten her zu wirken und erlaubt uns endlich, auch diesen gegengeschlechtlichen Teil der Psyche zu differenzieren und in die bewusste Einstellung einzubeziehen, wodurch eine außerordentliche Bereicherung der unserem Bewusstsein zugehörenden Inhalte und damit eine Erweiterung unserer Persönlichkeit erzielt ist.“</p> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | |

Sehr geehrte Damen und Herren!

Im Rahmen meiner Psychologie-Diplomarbeit an der Universität Wien widme ich mich der Frage, wie sich die Imago-Paartherapie auf eine Paarbeziehung auswirken kann.

Daher möchte ich Sie gerne bitten, am Beginn und am Ende ihrer Imago-Paartherapie einen Fragebogen auszufüllen (Dauer: ca. 30 min) und mir diesen mit Hilfe der beigelegten Kuverts auf dem Postweg wieder zukommen zu lassen. Die Erhebung erfolgt absolut **anonym**. Bitte versehen Sie deshalb den Bogen mit einem Codewort, gebildet aus den letzten beiden Buchstaben der Vornamen ihrer Mutter und ihres Vaters. Wenn die Mutter z.B. Therese und der Vater Hubert heißt, lautet das Codewort SERT. Dadurch können die Bögen am Ende einander zugeordnet werden.

Die Fragen gliedern sich in vier Bereiche:

1. Fragen zur Person
2. Fragen zur Partnerschaft
3. Fragen zur Therapie
4. Fragen zur Persönlichkeit

Vielen herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!

Fragen zur Person

Codewort: Tragen Sie hier die letzten zwei Buchstaben des Vornamens Ihrer Mutter und Ihres Vaters ein

____ _

1. Geschlecht : weiblich
 männlich

2. Alter: ____ Jahre ____ Monate

3. Höchste abgeschlossenen Schulbildung:

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Hauptschule | |
| <input type="checkbox"/> Polytechnikum | |
| <input type="checkbox"/> Berufsbildende mittlere Schule | |
| <input type="checkbox"/> Berufsbildende höhere Schule (BHS) | <input type="checkbox"/> ohne Matura |
| <input type="checkbox"/> Berufsbildende höhere Schule (BHS) | <input type="checkbox"/> mit Matura |
| <input type="checkbox"/> Allgemeinbildende höhere Schule (AHS) | <input type="checkbox"/> ohne Matura |
| <input type="checkbox"/> Allgemeinbildende höhere Schule (AHS) | <input type="checkbox"/> mit Matura |
| <input type="checkbox"/> Fachhochschule/Universität | <input type="checkbox"/> ohne Abschluss |
| <input type="checkbox"/> Fachhochschule/Universität | <input type="checkbox"/> mit Abschluss |

4. Berufstätigkeit (bitte um genaue Angabe, Bsp. Bankangestellter im Kassadienst)

.....

5. Familienstand

- ledig
 in Partnerschaft lebend
 verheiratet
wenn ja, waren sie schon vorher einmal verheiratet: ja nein
 getrennt
 geschieden

6. Wie lange sind Sie verheiratet oder leben mit ihrem Partner zusammen?

____ Jahre ____ Monate

7. Wie viel Kinder haben Sie insgesamt?

| | Geschlecht: | | Alter: | |
|---------|----------------------------|----------------------------|-----------|------------|
| 1. Kind | <input type="checkbox"/> m | <input type="checkbox"/> w | ___ Jahre | ___ Monate |
| 2. Kind | <input type="checkbox"/> m | <input type="checkbox"/> w | ___ Jahre | ___ Monate |
| 3. Kind | <input type="checkbox"/> m | <input type="checkbox"/> w | ___ Jahre | ___ Monate |
| 4. Kind | <input type="checkbox"/> m | <input type="checkbox"/> w | ___ Jahre | ___ Monate |
| 5. Kind | <input type="checkbox"/> m | <input type="checkbox"/> w | ___ Jahre | ___ Monate |

8. Haben Sie schon einmal an einem Imago-Paarworkshop teilgenommen?

- Ja
- Nein

9. Bitte schätzen Sie ein, wie sehr Sie sich durch die Partnerschaft persönlich in Ihrer gesamten momentanen Lebensführung eingeschränkt fühlen?

- überhaupt nicht eingeschränkt
- leicht eingeschränkt
- mittel eingeschränkt
- stark eingeschränkt
- sehr stark eingeschränkt

Fragen zur Partnerschaft

Im folgenden sind eine Reihe von Verhaltensweisen aufgeführt, die möglicherweise in ihrer Partnerschaft auftreten. Diese Verhaltensweisen können von Ihrem Partner oder von Ihnen beiden gezeigt werden. Kreuzen Sie bitte bei jeder Feststellung an, wie oft diese Verhaltensweisen in der letzten Zeit aufgetreten sind (bitte nur eine Antwort).

| | nie/sehr selten | selten | oft | sehr oft | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---|
| 1. Er/sie wirft mir Fehler vor, die ich in der Vergangenheit gemacht habe. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | S |
| 2. Er /sie nimmt mich in den Arm. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Z |
| 3. Ich merke, dass er/sie mich körperlich attraktiv findet. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Z |
| 4. Er/sie sagt mir, dass er /sie zufrieden ist, wenn er/sie mit mir zusammen ist. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Z |
| 5. Vor dem Einschlafen schmiegen wir uns im Bett aneinander. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Z |
| 6. Er/sie bricht über eine Kleinigkeit einen Streit vom Zaun. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | S |
| 7. Er/sie teilt mir seine Gedanken und Gefühle offen mit. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | G |
| 8. Wenn wir uns streiten, beschimpft er/sie mich. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | S |
| 9. Er/sie reagiert positiv auf meine sexuellen Wünsche. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Z |
| 10. Wir schmieden gemeinsame Zukunftspläne. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | G |
| 11. Wenn er/sie etwas aus seiner/ihrer Arbeitswelt erzählt, so möchte er/sie meine Meinung hören . | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | G |
| 12. Wir planen gemeinsam, wie wir das Wochenende verbringen wollen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | G |
| 13. Er/sie berührt mich zärtlich, und ich empfinde es als angenehm. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Z |
| 14. Er/sie macht mir ein ernst gemeintes Kompliment über mein Aussehen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Z |
| 15. Er/sie bespricht Dinge aus seinem/ihrer Berufsleben mit mir. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | G |
| 16. Er/sie bemüht sich, sich meine Wünsche zu merken, und erfüllt sie bei passender Gelegenheit. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | G |
| 17. Er/sie kritisiert mich in einer sarkastischen Art und Weise. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | S |

| | nie/sehr selten | selten | oft | sehr oft | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---|
| 18. Er/sie äußert sich abfällig über eine von mir geäußerte Meinung. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | S |
| 19. Wenn er/sie mich offensichtlich falsch behandelt hat, entschuldigt er/sie sich später bei mir. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | G |
| 20. Wir unterhalten uns am Abend normalerweise mindestens eine halbe Stunde miteinander. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | G |
| 21. Wenn wir uns streiten, können wir nie ein Ende finden. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | S |
| 22. Er/sie gibt mir die Schuld, wenn etwas schief gegangen ist. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | S |
| 23. Er/sie streichelt mich während des Vorspiels, so daß ich sexuell erregt werde. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Z |
| 24. Während eines Streites schreit er/sie mich an. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | S |
| 25. Er/sie fragt mich abends, was ich den Tag über gemacht habe. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | G |
| 26. Wenn wir uns streiten, verdreht er/sie meine Aussagen ins Gegenteil. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | S |
| 27. Er/sie spricht mit mir über seine /ihre sexuellen Wünsche. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Z |
| 28. Er/sie streichelt mich zärtlich. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Z |
| 29. Er/sie sagt mir, dass er /sie mich gerne hat. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | G |
| 30. Er/sie schränkt mich in meiner persönlichen Freiheit ein. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | S |
| 31. Wie glücklich würden Sie ihre Partnerschaft im Augenblick einschätzen? | | | | | |

- sehr unglücklich
- unglücklich
- eher unglücklich
- eher glücklich
- glücklich
- sehr glücklich

Summe
S

Z

G

Gesamt

Fragen zur Therapie

1. Wie oft zeigen Sie ihrer Partnerin/ihrem Partner, dass Sie ihr/ihm gut zugehört haben, indem Sie das wiederholen, was sie/er Ihnen gesagt hat?
- nie selten öfter häufig immer
2. Wie oft zeigen Sie, dass Sie das, was ihre Partnerin/ihr Partner Ihnen gesagt hat verstehen (wobei es auch vorkommen kann, dass Sie nachfragen, ob Sie sie/ihn richtig verstanden haben)?
- nie selten öfter häufig immer
3. Wie oft sind Sie ihrer Partnerin/ihrem Partner gegenüber einfühlsam und lassen dies ihre Partnerin/ihren Partner auch spüren?
- nie selten öfter häufig immer
4. Wie oft flüchten Sie sich in Aktivitäten (z.B. Hobbies, Arbeit etc.), um Konflikten mit ihrer Partnerin/ihrem Partner auszuweichen?
- nie selten öfter häufig immer
5. Wie oft zeigen Sie ihrer Partnerin/ihrem Partner gegenüber bewusst ein fürsorgliches Verhalten?
- nie selten öfter häufig immer
6. Wie oft haben Sie den Eindruck, daß ihre Partnerin/ihr Partner verletzt ist?
- nie selten öfter häufig immer
7. Wenn ich in Bezug auf meine Partnerin/meinen Partner frustriert bin, drücke ich diese Frustration spontan aus, ohne mit meiner Partnerin/meinem Partner in Ruhe das Gespräch zu suchen...
- nie selten öfter häufig immer
8. Wenn ich frustriert bin, fordere ich von meiner Partnerin/meinem Partner, dass sie/er ihr/sein Verhalten ändert...
- nie selten öfter häufig immer
9. Ich lasse mich darauf ein, mit meiner Partnerin/meinem Partner richtig Spaß zu haben...
- nie selten öfter häufig immer
10. Ich kritisiere meine Partnerin/meinen Partner...
- nie selten öfter häufig immer
11. Im Allgemeinen bin ich bereit, mich in meiner Beziehung zu meiner Partnerin/zu meinem Partner auf neue Verhaltensweisen und Entwicklungen einzulassen....
- nie selten öfter häufig immer

Fragen zur Persönlichkeit

Dieser Fragebogen enthält Aussagen, welche sich zur Beschreibung ihrer Person eignen könnten. Lesen Sie bitte jede dieser Aussagen aufmerksam durch und kreuzen Sie als Antwort die Kategorie an, die Ihre Sichtweise am besten ausdrückt.

| | starke Ablehnung | Ablehnung | Neutral | Zustimmung | starke Zustimmung |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| E 1. Ich habe gerne viele Leute um mich herum. | <input type="checkbox"/> |
| | | | | | |
| V 2. Ich versuche zu jedem, dem ich begegne, freundlich zu sein. | <input type="checkbox"/> |
| | | | | | |
| G 3. Ich halte meine Sachen ordentlich und sauber. | <input type="checkbox"/> |
| | | | | | |
| N 4. Ich fühle mich anderen oft unterlegen. | <input type="checkbox"/> |
| | | | | | |
| O 5. Ich finde philosophische Diskussionen langweilig. | <input type="checkbox"/> |
| | | | | | |
| G 6. Ich kann mir meine Zeit recht gut einteilen, so dass ich meine Angelegenheiten rechtzeitig beende. | <input type="checkbox"/> |
| | | | | | |
| E 7. Ich halte mich nicht für besonders fröhlich. | <input type="checkbox"/> |
| | | | | | |
| O 8. Mich begeistern die Motive, die ich in der Kunst und in der Natur finde. | <input type="checkbox"/> |
| | | | | | |
| V 9. Manche Leute halten mich für selbststüchtig oder selbstgefällig. | <input type="checkbox"/> |
| | | | | | |
| N 10. Ich fühle mich selten einsam oder traurig. | <input type="checkbox"/> |
| | | | | | |
| E 11. Ich unterhalte mich wirklich gerne mit anderen Menschen. | <input type="checkbox"/> |
| | | | | | |
| G 12. Ich versuche, alle mir übertragenen Aufgaben sehr gewissenhaft zu erledigen. | <input type="checkbox"/> |
| | | | | | |
| O 13. Gedichte beeindrucken mich wenig oder gar nicht. | <input type="checkbox"/> |
| | | | | | |
| V 14. Im Hinblick auf die Absichten anderer bin ich eher zynisch und skeptisch. | <input type="checkbox"/> |
| | | | | | |
| G 15. Ich vertrödele eine Menge Zeit, bevor ich mit der Arbeit beginne. | <input type="checkbox"/> |
| | | | | | |
| N 16. Manchmal fühle ich mich völlig wertlos. | <input type="checkbox"/> |

Sehr geehrte Damen und Herren,

Ich möchte Sie bitten, nun am Ende Ihrer Imago-Paartherapie einen Teil des Fragebogens nochmals auszufüllen (Dauer: ca. 15 min) und mir diesen wieder mit beigelegtem Kuvert auf dem Postweg zukommen zu lassen.

Bitte versehen Sie den Bogen auch diesmal wieder mit Ihrem Codewort, gebildet aus den letzten beiden Buchstaben der Vornamen ihrer Mutter/ihrer Vaters.

Die Fragen gliedern sich in zwei Bereiche:

1. Fragen zur Partnerschaft
2. Fragen zur Therapie

Nochmals herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!

Codewort: _____ (bitte nicht vergessen!)

Fragen zur Partnerschaft

Im folgenden sind eine Reihe von Verhaltensweisen aufgeführt, die möglicherweise in ihrer Partnerschaft auftreten. Diese Verhaltensweisen können von Ihrem Partner oder von Ihnen beiden gezeigt werden. Kreuzen Sie bitte bei jeder Feststellung an, wie oft diese Verhaltensweisen in der letzten Zeit aufgetreten sind (bitte nur eine Antwort).

| | nie/sehr selten | selten | oft | sehr oft | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---|
| 1. Er/sie wirft mir Fehler vor, die ich in der Vergangenheit gemacht habe. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | S |
| | | | | | |
| 2. Er /sie nimmt mich in den Arm. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Z |
| | | | | | |
| 3. Ich merke, dass er/sie mich körperlich attraktiv findet. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Z |
| | | | | | |
| 4. Er/sie sagt mir, dass er /sie zufrieden ist, wenn er/sie mit mir zusammen ist. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Z |
| | | | | | |
| 5. Vor dem Einschlafen schmiegen wir uns im Bett aneinander. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Z |
| | | | | | |
| 6. Er/sie bricht über eine Kleinigkeit einen Streit vom Zaun. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | S |
| | | | | | |
| 7. Er/sie teilt mir seine Gedanken und Gefühle offen mit. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | G |
| | | | | | |
| 8. Wenn wir uns streiten, beschimpft er/sie mich. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | S |
| | | | | | |
| 9. Er/sie reagiert positiv auf meine sexuellen Wünsche. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Z |
| | | | | | |
| 10. Wir schmieden gemeinsame Zukunftspläne. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | G |
| | | | | | |
| 11. Wenn er/sie etwas aus seiner/ihrer Arbeitswelt erzählt, so möchte er/sie meine Meinung hören . | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | G |
| | | | | | |
| 12. Wir planen gemeinsam, wie wir das Wochenende verbringen wollen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | G |
| | | | | | |
| 13. Er/sie berührt mich zärtlich, und ich empfinde es als angenehm. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Z |
| | | | | | |
| 14. Er/sie macht mir ein ernst gemeintes Kompliment über mein Aussehen. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Z |
| | | | | | |
| 15. Er/sie bespricht Dinge aus seinem/ihrer Berufsleben mit mir. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | G |
| | | | | | |
| 16. Er/sie bemüht sich, sich meine Wünsche zu merken, und erfüllt sie bei passender Gelegenheit. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | G |

| | nie/sehr selten | selten | oft | sehr oft | |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|---|
| 17. Er/sie kritisiert mich in einer sarkastischen Art und Weise. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | S |
| 18. Er/sie äußert sich abfällig über eine von mir geäußerte Meinung. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | S |
| 19. Wenn er/sie mich offensichtlich falsch behandelt hat, entschuldigt er/sie sich später bei mir. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | G |
| 20. Wir unterhalten uns am Abend normalerweise mindestens eine halbe Stunde miteinander. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | G |
| 21. Wenn wir uns streiten, können wir nie ein Ende finden. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | S |
| 22. Er/sie gibt mir die Schuld, wenn etwas schief gegangen ist. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | S |
| 23. Er/sie streichelt mich während des Vorspiels, so daß ich sexuell erregt werde. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Z |
| 24. Während eines Streites schreit er/sie mich an. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | S |
| 25. Er/sie fragt mich abends, was ich den Tag über gemacht habe. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | G |
| 26. Wenn wir uns streiten, verdreht er/sie meine Aussagen ins Gegenteil. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | S |
| 27. Er/sie spricht mit mir über seine /ihre sexuellen Wünsche. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Z |
| 28. Er/sie streichelt mich zärtlich. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | Z |
| 29. Er/sie sagt mir, dass er /sie mich gerne hat. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | G |
| 30. Er/sie schränkt mich in meiner persönlichen Freiheit ein. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | S |
| 31. Wie glücklich würden Sie ihre Partnerschaft im Augenblick einschätzen? | | | | | |

- sehr unglücklich
- unglücklich
- eher unglücklich
- eher glücklich
- glücklich
- sehr glücklich

Summe
S

Z

G

Gesamt

Fragen zur Therapie

1. Wie oft zeigen Sie ihrer Partnerin/ihrem Partner, dass Sie ihr/ihm gut zugehört haben, indem Sie das wiederholen, was sie/er Ihnen gesagt hat?

nie selten öfter häufig immer

2. Wie oft zeigen Sie, dass Sie das, was ihre Partnerin/ihr Partner Ihnen gesagt hat verstehen (wobei es auch vorkommen kann, dass Sie nachfragen, ob Sie sie/ihn richtig verstanden haben)?

nie selten öfter häufig immer

3. Wie oft sind Sie ihrer Partnerin/ihrem Partner gegenüber einfühlsam und lassen dies ihre Partnerin/ihren Partner auch spüren?

nie selten öfter häufig immer

4. Wie oft flüchten Sie sich in Aktivitäten (z.B. Hobbies, Arbeit etc.), um Konflikten mit ihrer Partnerin/ihrem Partner auszuweichen?

nie selten öfter häufig immer

5. Wie oft zeigen Sie ihrer Partnerin/ihrem Partner gegenüber bewusst ein fürsorgliches Verhalten?

nie selten öfter häufig immer

6. Wie oft haben Sie den Eindruck, daß ihre Partnerin/ihr Partner verletzt ist?

nie selten öfter häufig immer

7. Wenn ich in Bezug auf meine Partnerin/meinen Partner frustriert bin, drücke ich diese Frustration spontan aus, ohne mit meiner Partnerin/meinem Partner in Ruhe das Gespräch zu suchen...

nie selten öfter häufig immer

8. Wenn ich frustriert bin, fordere ich von meiner Partnerin/meinem Partner, dass sie/er ihr/sein Verhalten ändert...

nie selten öfter häufig immer

9. Ich lasse mich darauf ein, mit meiner Partnerin/meinem Partner richtig Spaß zu haben...

nie selten öfter häufig immer

10. Ich kritisiere meine Partnerin/meinen Partner...

nie selten öfter häufig immer

11. Im Allgemeinen bin ich bereit, mich in meiner Beziehung zu meiner Partnerin/zu meinem Partner auf neue Verhaltensweisen und Entwicklungen einzulassen....

nie selten öfter häufig immer

22. LEBENS LAUF

Elisabeth HOFFMANN Dipl.ET, geb. Hagmüller

Geburtsdatum: 15.11.1975, Graz
 Staatsbürgerschaft: Österreich
 Kinder: Mira und Ella

Adresse: Kreuzgasse 2a
 A-8010 Graz
 Tel: 0664/73582987
 lisi_hoffmann@yahoo.com



AUSBILDUNG

- | | |
|------------|--|
| 94 | Neusprachliches Gymnasium, Graz Matura mit ausgezeichnetem Erfolg |
| 98 | Akademie für Ergotherapie, Graz Diplomierung mit ausgezeichnetem Erfolg |
| 01 | Österr. Arbeitskreis f. Gruppentherapie und Gruppendynamik, Wien Psychotherapeutisches Propädeutikum - Abschluß mit gutem Erfolg |
| seit 03/99 | Universität für Psychologie, Wien |

ARBEITSERFAHRUNG

- | | |
|----------------------------|---|
| 96-98 | Ergotherapie-Praktika, Österreich und England Geriatric, Rehabilitation, Neurologie, Pädiatrie und Psychiatrie |
| 12/98 | Justizanstalt Josefstadt, Wien Tätigkeit als Ergotherapeutin |
| 05/99-05/01 | Lebenshilfe, Wien Lese- und Schreibunterricht für geistig behinderte Erwachsene |
| 03/01-12/01 04/02-12/02 | Psychosoziales Zentrum, Schwechat Betreuung des Clubs bzw. der Wohngemeinschaft mit dem Ziel der Rehabilitation psychisch Kranker |

ZUSÄTZLICHE ERFAHRUNG

- | | |
|-------------|--|
| 90-94 | Evang. Johanneskirche, Graz Teamerfahrung durch Arbeit mit Kindern |
| 09/94-02/95 | Basler Mission, Basel Tätigkeit im 3.Welt-Laden und Hausreinigung |
| 09/00 | Tiergarten Schönbrunn, Wien Verkaufstätigkeit |
| 02/01 | Kunsthistorisches Museum, Wien Aufsichtstätigkeit |

INTERESSEN

Bewegung in der Natur, Yoga, Musizieren (Geige), Lesen, Reisen

