

1/ 2007

24. Jahrgang

THEMENSCHWERPUNKT

Liebe

Erotik

Sexualität

Impressum	42
-----------------	----

VORTRÄGE

LIEBE

Was die Liebe so kompliziert macht, und wie sie trotzdem gelingen kann (<i>Christoph Kolbe</i>)	4
Wenn Liebe zur Belastung wird (<i>Michaela Probst</i>)	12
Liebe, das ist ein großes Wort (<i>Arno Boehler</i>)	16

EROTIK

Verliebtsein und Begehren im therapeutischen Setting (<i>Lilo Tutsch</i>)	23
Erotik und Sexualität in der therapeutischen Beziehung (<i>Ines Kolbe</i>)	28

SEXUALITÄT

Körper-Lust und Geist (<i>Alfried Längle</i>)	33
Wenn der Sex zur Sucht wird... (<i>Godela von Kirchbach</i>)	43
Verführbarkeit zur Homosexualität (<i>Ingo Zirks</i>)	49

FORUM

Erotik-Geschlechtlichkeit-Sexualität (<i>Alfried Längle</i>)	55
--	----

BUCHBESPRECHUNGEN	57
-------------------------	----

PUBLIKATIONEN	58
---------------------	----

BEILAGE: GLE-INFO

Kontaktadressen	2
Aktuelles	3
Termine	8
Mitteilungen	22

BANKVERBINDUNGEN DER GLE-INT.

Österreich:	Konto Nr.: 040-33884, Erste Österr. Spar-Casse-Bank, BLZ 20111 BIC:GIBAATWW; IBAN: AT932011100004033884
Deutschland:	Konto Nr.: 7000006, Acredobank Nürnberg, BLZ 76060561
Schweiz:	Konto Nr. 203054-10-556, Credit Suisse
Andere Länder:	Wir bitten um Zahlung mittels Postanweisung oder mittels DC, VISA, EC/MC

BANKVERBINDUNGEN DER LÄNDERVEREINE

GLE-Österreich:	Konto Nr.: 281-120-961/00, Erste Österr. Spar-Casse-Bank
GLE-Deutschland:	Konto Nr.: 8460700, Bank für Sozialwirtschaft
IGEAP-Schweiz:	Konto Nr. 42 391044435, Berner Kantonalbank (BeKB)

ABO-PREISE FÜR DIE EXISTENZANALYSE

Jahresabonnements für Nichtmitglieder: Euro 25,-/sfr 38,- inkl. Versand
 Einzelpreis: Euro 16,-/ sfr 24,- inkl. Versand (Europa) – Mitglieder erhalten die Zeitschrift kostenlos.
 Die EXISTENZANALYSE mit Info Beilage erscheint 2 mal jährlich.

Wissenschaftlicher

B E I R A T

Michael ASCHER
Philadelphia (USA)

Karel BALCAR
Prag (CZ)

Gion CONDRAU
Zürich (CH)

Herbert CSEF
Würzburg (D)

Nolberto ESPINOSA
Mendoza (ARG)

Reinhard HALLER
Feldkirch (A)

Hana JUNOVÁ
Prag (CS)

Christoph KOLBE
Hannover (D)

George KOVACS
Miami (USA)

Jürgen KRIZ
Osnabrück (D)

Anton-Rupert LAIREITER
Salzburg (A)

Alfried LÄNGLE
Wien (A)

Karin MATUSZAK-LUSS
Wien (A)

Corneliu MIRCEA
Temesvar (RO)

Christian PROBST
Graz (A)

Heinz ROTHBUCHER
Salzburg (A)

Christian SIMHANDL
Wien (A)

Christian SPAEMANN
Braunau (A)

Michael TITZE
Tuttlingen (D)

Liselotte TUTSCH
Wien (A)

Helmuth VETTER
Wien (A)

Beda WICKI
Unterägeri (CH)

Wasiliki WINKLHOFFER
München (D)

Elisabeth WURST
Wien (A)

HINWEISE

Themenredaktion
Godela von Kirchbach

Impressionen

Kongress Wien 2007
Infoheft Seite 3

Fort- und Weiterbildung

in der Existenzanalyse
Infoheft Seite 11

Phänomenologie

Nachlese DVD und CD zum
GLE-Kongress von Wien
Seite 11

Call for Papers

Infoheft
Seite 15 und 17

THEMEN-VORSCHAU

2/2007
Tagungsbericht
Phänomenologie

1/2008
Existenzanalyse in der Praxis

Redaktionsschluss EA
Nummer 2/2007
01. 08. 2007

gle@existenzanalyse.org
<http://www.existenzanalyse.org>

Liebe Kolleginnen, liebe Kollegen!

Liebe – Erotik – Sexualität: ein Themenbereich, der in der Existenzanalyse schon lange auf weitere Publikationen harrt. Schon wiederholt wurde er in Kongressen behandelt, zum ersten Mal von der GLE-International im März 1995 in Hannover (Geschlecht-Erotik-Sexualität), dann von der GLE-Österreich im September 2003 in Waidhofen/Ybbs (Liebe-Erotik-Sexualität) und 2004 in Seggau (Sexualität und Sexualstörungen). In dieser Ausgabe sind ausgewählte Beiträge zusammengestellt.

Zwei der drei Vorträge zur *Liebe* beschreiben sie in ihrem Konfliktpotential in der Paarbeziehung (C. Kolbe und M. Probst) – was auch schon eine Brücke zum nächsten Kongress der GLE-International 2008 in Berlin zum Thema Paartherapie und Paarberatung schlägt. A. Böhler gibt anschließend eine kulturgeschichtliche Reflexion der Liebe.

Die *Erotik* wird in ihrer praktischen Brisanz aufgegriffen, wenn sie zum Mitspieler in der Therapie wird. L. Tutsch schildert erlebnisnah mögliche erotische Spannungen zwischen Patient(in) und Therapeut(in). I. Kolbe beschreibt die erotische Übertragung – aus psychoanalytischer Sicht – an einem Fallbeispiel.

In seinem Beitrag versucht A. Längle eine Verortung der *Sexualität* in der existenzanalytischen Anthropologie. Einen Blick in die Praxis der Sexualtherapie gibt das Fallbeispiel einer Sexsuchttherapie von G. v. Kirchbach. Zur Homosexualitätsdiskussion hat I. Zirks einen Beitrag verfasst.

In dem Zusammenfügen von Liebe – Erotik – Sexualität soll das Thema abgerundet und die Anziehungskraft und Spannung der Geschlechtlichkeit, ihr intimer als auch ihr offener Aspekt, die dadurch getragene Beziehung zu sich als auch die zur(m) anderen aufgezeigt werden.

Mit diesen vielseitigen Beiträgen wünschen wir unseren Lesern eine ansprechende Lektüre und einen erholsamen, weiterhin so schönen Sommer!



Ihre Silvia Längle

Im Namen des Redaktionsteams

Was die Liebe so kompliziert macht, und wie sie trotzdem gelingen kann

Christoph Kolbe

Liebe erfüllt uns Menschen mit höchstem Glück, gleichzeitig macht sie uns zutiefst verletzlich. Weil wir uns ganzheitlich einlassen, wenn wir lieben, spüren wir uns einerseits in unseren tiefsten Sehnsüchten und Bedürfnissen, andererseits aber auch in unseren Ängsten. Diese aber haben nicht selten mit unserer konkreten Lebensgeschichte, häufig mit unseren ursprünglichsten und frühesten Beziehungserfahrungen und oftmals weniger mit unserem Lebenspartner selbst zu tun. Dies gilt es, in der Liebesbeziehung zu unterscheiden, so dass Klärung, Reifung und echte Liebe möglich werden. In dem Artikel werden typische Paarkonflikte dargestellt, Möglichkeiten, sie zu verstehen und Wege, mit ihnen konstruktiv umzugehen.

Schlüsselwörter: Bedürfnisse, Beziehungserfahrungen, Lebensgeschichte, Liebe, Paarkonflikte, Sehnsüchte

Love provides us with the greatest happiness, yet, at the same time, makes us most vulnerable. Since we commit ourselves wholeheartedly, when we love, we feel our deepest longings and needs, but our fears as well. Often the latter are connected more to our biography, frequently with our original and most early experiences of relationships than to our partners themselves. In love relationships we have to differentiate these experiences for clarification, maturing and true love to become possible. The article depicts characteristic couple conflicts, possibilities for understanding them and ways of dealing with them in constructive ways.

Key Words: biography, couple conflicts, longing, love, needs, relationship experiences

Einleitung

In uns allen steckt die Sehnsucht nach gelingender Beziehung, nach dem Gelingen der Liebe. Und wenn Liebende sich trennen, trennen sie sich nicht, weil sie Lust haben, sich zu trennen, sondern weil sie nicht wissen, wie sie gut zusammenbleiben können. So berichten es jedenfalls all diejenigen, die eine Trennung erlebt haben.

Die Idee der glücklichen und dauerhaften Partnerschaft ist ein zentrales Bedürfnis der meisten Menschen. Wenn der geliebte Mensch unser zaghaftes oder auch hartnäckiges Werben positiv beantwortet, könnten wir vor Glück die ganze Welt umarmen. Wie einsam und verloren fühlen sich demgegenüber viele Menschen in dieser Welt, die auf den geliebten Partner bislang nicht trafen.

Gleichzeitig ist die Partnerschaft einer der gefährlichsten Orte in dieser Welt. Gefährlich weil es so weh tut, wenn eine Liebe zerbricht, eine Untreue zu ertragen ist oder eine Entfremdung immer mehr um sich greift.

Was lässt sich sagen und beitragen zu einem Thema, das seit jeher derart intensiv in Büchern und Vorträgen behandelt wurde und wird? Auch die Psychologie versucht seit Jahrzehnten, Antworten auf die Frage nach Liebe und Partnerschaft zu geben. Was also lässt sich zusammenfassen und aussagen, so dass es einen hilfreichen Beitrag für die Fähigkeit zu lieben bildet?

I. Problemfelder der Annäherung zum Thema Liebe

Fragt man Partner, ob sie sich lieben, so können diese interessanterweise recht genau beantworten, ob und in welcher Intensität skaliert diese Liebe da ist – oder noch da ist. Es scheint also ein *Gespür für das Phänomen Liebe* zu geben. Gleichzeitig ist interessant zu beobachten, dass sich gerade die psychologische Forschung und Literatur schwer tut mit dem Phänomen der Liebe. Bescheidener spricht sie lieber von der Partnerbeziehung. Das hat wohl damit zu tun, dass die Liebe so schwer fassbar ist und es bis heute *keine gültige Definition der Liebe* gibt. Im Grunde weiß niemand so ganz genau, was Liebe ist. Er oder sie weiß lediglich, dass er oder sie liebt und deshalb glücklich oder eben unglücklich ist. Davon ist ja die Literatur ein beredtes Zeugnis (vgl. auch Willi, 2002, 14).

Und sicher liegt es noch an einem anderen Phänomen, weshalb Liebe so schwer definiert werden kann: *Liebe ist ein intentionaler Akt*. Alle Versuche, Liebe zu begründen und Liebe zu analysieren, müssen scheitern, weil sich intentionale Akte auf diesem Wege nicht erschließen lassen. Intentionale Akte stehen im Zusammenhang mit Werten. Auf diese Werte trifft der Mensch und wird von ihnen berührt, lässt sich von ihnen in Bewegung setzen und begeistern. Er macht diese Werte nicht, wie er auch die Liebe nicht machen kann,

sondern er wird von ihnen affiziert, durch sie berührt. So ist es auch mit der Liebe. Dort, wo der liebende Mensch der Kostbarkeit und unverwechselbaren Einzigartigkeit eines anderen Menschen begegnet und von ihr fasziniert wird, dort entflammt die Liebe, ohne dass wir dies letztlich erklären und begründen können. Von dieser Liebe können wir nur erzählen, so wie wir alles Kostbare unserer Erfahrung gerne beschreiben, uns darin anfragen lassen und „ins Schwärmen kommen“. In dieser Haltung der Erzählung, und in einer Haltung der achtsamen Aufnahme dieser Erzählung bei unserem Gegenüber, ist dann die Kostbarkeit des Erlebens unserer Liebe wunderbar aufgehoben. Deshalb ist es auch unangemessen, wenn das Phänomen der Liebe psychologisch reduziert wird auf einzelne spezifische Elemente, z.B. auf die wechselseitige Befriedigung von Bedürfnissen, so berechtigt dieser Blick im Einzelnen durchaus sein kann und ich auf ihn auch noch zu sprechen kommen werde. Diese Sichtweise allein wäre reduktionistisch.

Auch hier soll nicht den Versuch gemacht werden, das Wesen der Liebe näher zu bestimmen. Jedoch sollen diese Ausführungen helfen, einige Ebenen zu differenzieren, die für das praktische Zusammenleben in der Partnerschaft hilfreich sein können.

Hierzu muss man zunächst wissen: Die Liebesbeziehung ist eine geistesgeschichtlich junge Erscheinung. Früher bestimmten eher pragmatische Erwägungen, normative Zwänge oder im Elternhaus getroffene Absprachen die Wahl des Partners.

Die *Dauerhaftigkeit* von Partnerschaften stand deshalb in früheren Jahrzehnten und Jahrhunderten massiv unter gesellschaftlichen, religiösen und ökonomischen Zwängen. Dies hat sich heute maßgeblich geändert. Jeder einzelne Partner entscheidet, ob er oder sie noch mit ihm oder ihr zusammen bleiben möchte. Das erhöht den Druck auf den Einzelnen und spitzt die Frage der Verantwortung für die Beziehung enorm zu. Das ist etwas absolut Neues, mit dem wir es alle zu tun haben.

Es hat etwas Entlastendes, wenn alle wissen: So ist das geregelt, und so wird es bis zum Ende der Tage sein. Wenn aber alles in die freie Entscheidung des Einzelnen gestellt ist, dann steht der Einzelne immer wieder vor der Frage: Ist es richtig und stimmt es, dass wir beide noch zusammen sind? Es ist somit nicht mehr die gesellschaftliche Norm, sondern *die freie Entscheidung des Einzelnen, die der Partnerschaft die Kontinuität verleiht*. Damit ist die strukturelle Sicherheit einer Beziehung fragiler geworden. Man mag dies beklagen oder als Befreiung empfinden. In jedem Fall muss *ein Paar seine eigene Begründung* für ein kontinuierliches Zusammenleben finden. Das ist ein Anspruch an moderne Partnerschaft.

Somit lassen sich zwei wichtige Schlussfolgerungen bis hierhin festhalten:

Liebe ist fragil. Sie ist nicht ein für allemal gesichert. Und:

Liebe führt in die Tiefe. Sie berührt uns Menschen in einer Dichte und Intensität, der wir nicht ohne weiteres entkommen können.

Diese Realität der Fragilität und der Dichte von Liebe hat nun im Wesentlichen vier Auswirkungen.

1. Jede Liebe rührt an tiefe Ängste

Wer liebt, kommt gleichzeitig in Berührung mit seinen tiefsten Emotionen, auch seinen Ängsten. Das hat damit zu tun, dass der Mensch das Gewicht, das seine Liebe hat, gerade aufgrund seines Liebens spürt. Alles ist aus der Gleichgültigkeit gerissen. Die Freude ist unglaublich groß, wenn die Liebe erwidert wird, die Angst aber ebenso, wenn die Liebe zu scheitern droht. So ist zum Beispiel eine häufig anzutreffende, zentrale Angst des Menschen die, verlassen zu werden. Wenn man also der Liebe nicht den Charakter einer passageren Erscheinung gibt, sondern sich mit einer gewissen Aufrichtigkeit und Verbindlichkeit auf einen Partner einlässt, dann wird sich über kurz oder lang – besonders wenn ein Partner sich entfremdet – diese Angst einstellen: Wirst du bei mir bleiben, oder wirst du mich verlassen?

Es gibt viele andere Ängste, die im Gefolge einer Liebesbeziehung auftreten können, z.B. die Angst, vereinnahmt zu werden. Liebende haben dann den Eindruck: Mir schnürt es die Kehle zu, wenn ich in deine Nähe komme, weil du so viel von mir erwartest. Oder die Angst, nicht um seiner selbst willen geliebt zu werden. Es ist praktisch, wenn man eine Beziehung eingeht, von der man weiß, dass man für den anderen so wichtig ist, dass er ohne einen nicht gut zu Recht kommt. Stellen Sie sich aber vor: Der andere entwickelt sich weiter und sagt: Dafür brauche ich dich nicht mehr. Auf einmal stehen wir vor der schwierigen Frage: Bleibst Du auch, wenn Du mich nicht mehr brauchst? Und damit sind wir bei der echten Frage nach der Liebe. Oder die Liebe rührt an die Angst, sich nicht entfalten zu dürfen, d.h. in Ängste zu kommen, wenn man etwas will, aber nicht weiß, ob man das darf, weil man nicht weiß, wie es dem Partner damit geht.

Diese Ängste konnten vielleicht in früheren Jahrhunderten schlummern, weil die Beziehung aufgrund von wirtschaftlichen Notwendigkeiten und klaren gesellschaftlichen und religiösen Rollenvorgaben gesichert war. Mit dem Eingehen einer modernen Liebesbeziehung aktivieren diese Ängste sich aber, weil es um etwas geht, weil das Herz beteiligt ist, weil man eben nicht mehr gleichgültig ist.

Es gibt übrigens eine interessante Gegenbewegung dazu, die in therapeutischen Gesprächen zu hören ist: Manche Menschen berichten, dass ihnen die Erfahrung einer Kränkung, einer Verletzung oder einer Trennung so wehgetan hat, dass sie eine bewusste Entscheidung getroffen haben, nicht mehr zu lieben. Das schließt nicht aus, dass kurzfristige, auch sexuelle Beziehungen eingegangen werden, dabei wird aber eine innere Grenze erlebt, sich nicht noch einmal in der Tiefe und Intensität der Liebe auf einen Menschen einzulassen.

2. Die Liebe berührt tiefste Wünsche

Zum Beispiel die Sehnsucht nach Geborgenheit oder die Sehnsucht, endlich Anerkennung zu finden, oder die Sehnsucht, einmal wichtig sein zu dürfen für jemanden ... Diese Wünsche sind im Grunde das Gegenstück der Ängste. Denn Ängste und Wünsche hängen unmittelbar zusammen. Ängs-

te melden sich immer dort zu Wort, wo es gefährlich wird, das auszusprechen, was Menschen sich im Tiefsten wünschen. Gefährlich erleben wir Menschen es deshalb, weil wir nicht wissen, wie wir es aushalten, wenn wir es nicht bekommen, wenn der Wunsch also nicht erfüllt wird. Deshalb kann es auch schwer sein, die tiefe Sehnsucht nach Geborgenheit beim Partner zuzulassen. Manche Menschen bleiben aus diesem Grund immer ein wenig im Vorbehalt, wenn sie in die Nähe des geliebten Menschen treten, weil sie sich lieber absichern und nicht gänzlich fallen lassen, als sich ganz auf den anderen zu verlassen und dann aushalten zu müssen, möglicherweise verlassen zu werden. Liebe aktiviert also immer gleichzeitig die Ängste und die tiefsten Wünsche, die wir haben.

3. Moderne Liebe fragt im Verlaufe eines Lebens immer wieder neu die Motive für das Zusammenbleiben an

Motive können sich aber eben im Laufe eines Lebens ändern, so wie sich der Mensch weiterentwickelt. Das ist auch ein Problem der Liebe, dass wir nicht wissen, ob das, was einmal Gültigkeit hatte, als wir zwanzig waren und uns füreinander entschieden, heute nach zehn, 20 oder 30 Jahren immer noch gilt, oder ob wir im Laufe unseres Lebens gelernt haben, ganz andere Schwerpunkte zu setzen. Daraus ergeben sich wiederum zwei Fragen: Ist die Dauerhaftigkeit einer Beziehung dem „Zufall der persönlichen Reifung“ unterworfen? Oder hängt sie ständig von neuen gesellschaftlich gängigen Werten ab? Wäre es nicht viel praktischer, wenn sich der Mensch nicht weiter entwickeln würde? Also stellen Sie sich mal vor: Am Tage X hat man einmal eine Entscheidung getroffen, und dann weiß man so im Stillen, das wird jetzt bleiben. Dieser Gedanke hat ja auch etwas Entlastendes. Wenn es im Zorn und im Verlauf einer Ehekrise einmal hoch kocht, dann sind das genau die Vorwürfe: „Früher warst du ... Früher konnte man sich auf dich verlassen ...“ Plötzlich hat sich viel verändert, und wir wissen gar nicht, wie wir diese Veränderung integrieren sollen. Zum Beispiel ist im Augenblick einer der höchsten Werte unserer Gesellschaft der Wert der Selbstverwirklichung. Wie gelingt es aber, wenn Selbstverwirklichung so etwas Wichtiges ist, dass man trotzdem miteinander klar kommen kann?

Es gibt Erhebungen, die besagen: Früher wurden Partner unter anderem auch deshalb gewählt, weil sie die Bindung zur Herkunftsfamilie stabilisierten. Man hat für die Übernahme des elterlichen Hofes jemanden gesucht, der genau in diesen Kontext hinein passte. Heute hat sich das völlig umgedreht: Heute suchen junge Menschen Partner, die ihnen in der Regel helfen, von ihren Eltern los zu kommen (vgl. Willi, 2002, 130f.).

4. Liebe als Entwicklungsherausforderung

Wenn man Liebe nicht von ihrer Problemseite her sieht und versucht, die Krisenhaftigkeit der Liebe zu integrieren, dann ist Liebe der Ort, an dem uns am intensivsten eine Herausforderung begegnet, uns zu entfalten und zu reifen. Die Frage ist also: Ist mit der Möglichkeit einer schnelleren Tren-

nung etwas anderes verloren gegangen, was sich erst in der Tiefe und Dauerhaftigkeit einer Beziehung einstellt? Eine *Zumutung, die tiefere Einsichten ermöglicht*? Wenn alles schnell gelöst werden kann, weil es einem Menschen gerade nicht passt oder zu kompliziert wird, dann verhindert das die Notwendigkeit, sich stellen und sich zumuten zu müssen.

„Persönliche Reifung und Entwicklung wird im Erwachsenenleben durch keine andere Beziehung so herausgefordert wie durch eine Liebesbeziehung“, schreibt Jürg Willi in seinem Buch „Psychologie der Liebe“. Dies ist die Chance der Liebe. Und er fügt hinzu: „Es gibt aber auch keine Beziehung, die das persönliche Wohlbefinden und die psychische und körperliche Gesundheit so gefährdet wie eine destruktiv gewordene Liebesbeziehung.“ (Willi, 2002, 9) Damit ist gemeint: Wenn eine Liebesbeziehung als glücklich und gut erlebt wird, gibt sie eine ungeheure Stabilität in psychischer Hinsicht. Gleichzeitig ist die Liebe, wenn Menschen leiden, der Ort, der sie psychisch äußerst fragil macht. Beziehungskonflikte, besonders dauerhafte Beziehungskonflikte lassen Menschen unsicher werden, sie belasten und können zu erheblichen Selbstwertzweifeln führen.

„Die Gefahr besteht, dass der Schmerz über das Scheitern einer Liebesbeziehung gleich mit dem Eingehen einer neuen neutralisiert wird, ohne dass man sich bemüht hat, sich über die Hintergründe des Scheiterns klar zu werden und für eine neue Beziehung etwas dazuzulernen. Mit dem Auflösen einer Liebesbeziehung wird oft eine wichtige Chance ungenutzt gelassen. *Partner erkennen sich in der Regel sehr genau und weisen einander auf anstehende Entwicklungen hin, denen jeder von ihnen auszuweichen neigt*“, (Willi, 2002, 9f.). Leider sieht die Realität anders aus. Meistens „bekämpfen“ wir den Partner für diese Kenntnis nur allzu häufig, statt ihm für das zu danken, was er uns sagen will. Oder wann haben Sie zuletzt Ihrem Partner dafür gedankt, dass er Ihnen in heftigster Erregung gesagt hat, was mit Ihnen ein bisschen komisch ist, dass er Ihnen also den Spiegel vorgehalten hat? Die meisten Menschen gehen in solchen Situationen eben nicht auf den inhaltlichen Gehalt der Rückmeldung ein, sondern rechtfertigen und verteidigen sich. Wenn man dieses Kapital, dass zwei Menschen sich sehr, sehr gut kennen und sich deshalb wertvollste Rückmeldungen übereinander geben können, nutzen könnte, dann würde man möglicherweise einige Stunden Psychotherapie weniger brauchen...

Dies wirft die Grundsatzfrage nochmals auf: Was macht die Liebe kompliziert und wie kann sie gelingen?

II. Liebe lebt von Begegnung

Wenn Liebe gelingen soll, ist es wichtig, dass sie in Begegnung eingebettet ist. Aber nicht in jeder Beziehung findet auch Begegnung statt. Aufgrund ihrer Partnerschaft stehen Menschen natürlich zwangsläufig in Beziehung. Entscheidend aber ist, inwiefern diese Beziehung auch Begegnung beinhaltet. Viele Beziehungen sind begegnungsmäßig tot. Es herrschen Gewohnheit und eine gewisse Praktikabilität. Wesentlich für die Lebendigkeit der Liebe aber ist Begegnung. In der Begegnung treffen zwei Menschen aufeinander, die aneinander

interessiert sind, die sich aufeinander freuen und die miteinander sein wollen. In dieser Begegnung ist etwas los, sind Menschen aus einer wechselseitigen Gleichgültigkeit gerissen. Es geht für beide um etwas existentiell Bedeutsames.

Zwei Bedingungen sind wichtig, damit Begegnung entsteht:

1. Man muss den Partner als Person sehen können. Das ist leicht gesagt und schwer getan. Den anderen als Person zu sehen heißt, zu fragen: Was will er? Worum geht es ihm? Was sind seine Intentionen? Was ist seine Potentialität? Man darf ihn also nicht festlegen auf ein Bild von ihm, auf Erfahrungen mit ihm, auf eigene Bedürfnisse oder auf seine Rollen. Menschen sind eben immer mehr als das und deshalb darauf angewiesen, dass Partner dieses „Mehr“ auch sehen. Vielleicht ist das eine der schönsten Liebeserfahrungen, wenn wir spüren können, dass unser Partner uns zu etwas hinführt, von dem wir selber nicht einmal wussten, dass das in uns ist. Das heißt, Liebe kann vermehrt und vertieft werden, wenn es gelingt, in diese Möglichkeit eines personalen Blicks zu kommen: Was bewegt dich? Wie geht es dir damit? Aus der paartherapeutischen Erfahrung weiß ich, dass das einer der schwierigsten Punkte ist, weil man in der Regel in einem normalen Gespräch nicht dabei bleibt und das sauber trennt: Was ist für dich wichtig? Und: Wie geht es mir mit dem, was dir wichtig ist? Diese beiden Ebenen werden in der Regel vermischt.

2. Zur Begegnung gehört eine personale Dialogfähigkeit (vgl. Kolbe, 2001). Dies ist mehr als das Einüben von Kommunikationsstrukturen und -regeln. In der psychotherapeutischen Literatur und in Seminaren bekommt man Kommunikationsregeln, wie: „Lass den anderen ausreden. Wiederhole, was er gesagt hat. Schau, ob du ihn schon richtig verstanden hast usw.“ Das ist alles sehr hilfreich, gut und wichtig, entscheidend ist aber: Verstehe ich das, worum es dem anderen geht? Und kann ich die Freiheit in mir finden, egal wie es mir damit geht, erst Mal bei ihm zu bleiben. Habe ich den Spielraum zu sagen: „Erzähl mir von dem, was dir wichtig ist“ – vielleicht gerade auch dann, wenn es meine eigenen tiefsten Ängste berührt.

Dabei scheint es schwer zu sein, nicht sofort in eigene Betroffenheiten und Sichtweisen hinüber zu gleiten, wie es in der paartherapeutischen Erfahrung immer wieder zu beobachten ist. Der größte Kommunikationsfehler der meisten Paare ist, dass jemand anfängt, mit etwas Mut und klopfendem Herzen etwas von dem zu sagen, was ihm wichtig ist, und der andere sofort darauf antwortet, wie es ihm damit geht. Damit ist das Paar nicht mehr in einem personalen Dialog, so dass Kommunikation dann nicht selten zu einem Schlagabtausch verkommt. Deswegen ist es hilfreich, wenn man lernt, miteinander zu sprechen, indem man zunächst einmal bei dem anderen bleibt und das dann umdreht und sagt, wie es einem damit geht.

Dieser personale Dialog lebt vom Interesse und der Möglichkeit, mit den eigenen Fragen ganz beim anderen bleiben zu können. Wie geht es dir mit dem, was gerade los ist? Was

bewegt dich? Was ist dir wichtig? Was ist gut für dich? – Dieses wären beispielhafte Fragen für einen wechselseitigen personalen Dialog. Wo wir in dieser Form miteinander sprechen können, können wir uns entfalten. Damit schaffen wir einen Nährboden für die Vertiefung der Liebe: wenn Liebe der Ort ist, wo ein Mensch ganz bei dem sein kann, was ihm wichtig ist.

Zusammenfassend könnte man bis hierher sagen: In der Liebe geht es also um die personale Entfaltung beider Beteiligten sowie des Paares in seiner Gesamtheit. Dafür sind zwei Blickrichtungen wesentlich:

1. Die Fähigkeit, sich selbst mit den eigenen Bedürfnissen gut im Blick zu haben, gleichzeitig aber auch den anderen mit seinen Bedürfnissen und Strebungen wahrzunehmen und zu achten.

2. Diese Entfaltung hat nicht nur die Selbstverwirklichung des einzelnen, sondern gerade auch die gemeinsame Liebe selbsttranszendent im Blick. Gute Partnerschaft lebt deshalb auch von Hingabefähigkeit; Hingabe an den Wert der gemeinsamen Liebe, die es zu vertiefen gilt, mit der Frage, was ihr gut tut. Beide Partner zentrieren sich in der Liebe also auf etwas gemeinsames Drittes hin, eben auf ihre Liebe.

Wenn man das alles hört, könnte man anfangen zu fragen: Wie reif muss ein Mensch sein, um lieben zu können? Die Antwort aus dem bisher Gesagten würde lauten: Er muss nicht reif sein, er muss sich vielmehr der Begegnung öffnen. Dann entsteht automatisch Lebendigkeit, und Reife ist dann möglicherweise ein Effekt dieser Erfahrungen.

III. Zwei wesentliche Konfliktebenen jeder partnerschaftlichen Begegnung

Es ist hilfreich, zwei grundlegend verschiedene Ebenen innerhalb jeder partnerschaftlichen Beziehung zu unterscheiden, um die typischen Konfliktfelder der Partnerschaft etwas klarer lokalisieren zu können.

1. Die horizontale Ebene: interpersonale Konflikte

Auf der horizontalen Betrachtungsebene stehen sich zwei Partner Auge in Auge und gleichberechtigt gegenüber. Sie verhandeln miteinander über das, was in ihrem Leben wertvoll ist, worum es ihnen einzeln und gemeinsam geht, was sie an gemeinsamen Wertüberzeugungen verbindet etc.

Somit stiftet jede Liebe einen Sinnzusammenhang, den es vorher so noch nicht gab. In diesen Sinnzusammenhang fließen die personalen Werte und Werthaltungen, die die Partner verbinden, ein. Hinzu kommt zunehmend die gemeinsame Geschichte der Partner, die ebenfalls neue Werte schafft. Dieser Sinnzusammenhang gibt Halt und der Beziehung eine innere und äußere Struktur: z.B. die gemeinsamen Kinder, das Haus, gemeinsame Hobbys, politische oder religiöse Weltanschauungen und zunehmend gemeinsame Erinnerungen (vgl. auch Willi, 2002, 8).

Damit eine Beziehung auf der horizontalen Ebene lebendig ist, muss sie also von personalen Werthaltungen getragen sein.

Diese Werthaltungen können vom Einzelnen gemäß gel-

tender Normen übernommen worden sein, sie können aber auch in einem Prozess der Verarbeitung von Erfahrung, der inneren Stellungnahme und der Erkenntnis vom Einzelnen jeweils gefunden werden. Ein Konfliktfeld moderner Partnerschaft ist deshalb die Herausforderung zu einem Höchstmaß an Personalität, an personaler Verantwortung.

Konflikte ergeben sich deshalb aus:

- Veränderungskrisen (z.B. der Geburt des ersten Kindes, Hausbau, berufliche Veränderungen),
- Reifungskrisen (Midlife-Crisis, Übergang in den Ruhestand),
- paarzyklischen Interferenzen (z.B. wenn der eine Partner noch in der Phase der Verliebtheit ist, der andere aber gerade schon seine „Liebesenttäuschung und Einsamkeit in der Liebe“ (Willi, 2002, 176) klärt.

Ein besonderes Problem stellt die Tatsache dar, dass diese Prozesse in der Regel asynchron ablaufen. Der eine Partner steht bereits im Umbruch einer Veränderung, der andere findet es so, wie es gerade ist, noch ganz in Ordnung und freut sich daran.

In diesen Phasen der Beziehung stellt sich besonders die Frage, welchen Stellenwert die Liebe selbst als zentraler Wert hat, für den krisenhafte Neuorientierungen ausgehalten und durchgestanden werden könnten. Das Spannungsfeld liegt also in der Aufgabe, die individuellen personalen Werte des jeweiligen einzelnen Partners auszutarieren mit dem Wert, den die gemeinsame Liebe darstellt. In jedem Falle geht dieser „Verhandlungsprozess“ nur über die wechselseitige Achtung der jeweiligen personalen Werte.

Insgesamt ließe sich hierzu sagen: *Wenn das, was mir wichtig ist, beim anderen gut aufgehoben ist, warum sollte es mir mit ihm dann schlecht gehen?*

All das steht natürlich unter einer Prämisse: Jedes Paar muss die Balance finden zwischen dem, was für den einzelnen wichtig ist, und dem, was für das Gemeinsame von Bedeutung ist.

Hauptfrage der horizontalen interpersonalen Ebene ist also: Wie können Werte miteinander verständigt, gefunden, geachtet etc. werden? Hierfür ist phänomenologische Offenheit und Achtsamkeit eine wichtige Voraussetzung. Konflikte auf dieser Ebene sind deshalb „normale“ Partnerkonflikte.

2. Die vertikale Ebene: intrapsychische Konflikte

Auf dieser Betrachtungsebene stehen wir uns als Partner nicht horizontal, also Auge in Auge, sondern eher in einem Gefälle, also von oben nach unten gegenüber. Hier werden Defizite, Störungen, aber auch Ressourcen sichtbar. Dies hat damit zu tun, dass in Liebesbeziehungen tiefe persönliche Dispositionen angesprochen werden, die in anderen Beziehungen nicht zum Tragen kommen.

Ausgangsthese – insbesondere der Tiefenpsychologie – ist hier: Das intrapsychische Konfliktfeld des einen Partners trifft auf das intrapsychische Konfliktfeld des anderen Partners. Arbeit an der Beziehung konzentriert sich unter diesem Fokus auf das Herausfinden dieser intrapsychischen Repräsentanzen, der jeweiligen innerseelischen Weiterverarbeitung mit ihren späteren Auswirkungen.

Wie entstehen intrapsychische Repräsentanzen? Es lassen sich entwicklungspsychologisch zwei Quellen beobachten.

Zum einen bilden intrapsychische Repräsentanzen Erinnerungsspuren kindlicher Interaktionserfahrungen in der Herkunftsfamilie ab (vgl. Kreische, 2000, 259). Wie haben wir es erlebt, geliebt worden zu sein? Verbinden wir damit glückliche und erfüllende oder auch schmerzliche Erinnerungen? Diese Erfahrungen schaffen Hoffnungen und Selbstverständlichkeiten, aber auch Ängste.

Ein Beispiel für Erinnerungsspuren kindlicher Interaktionserfahrungen ist lebensgeschichtlich erfahrene Rollenaufteilung: Wer plant den Urlaub? Wer ist verantwortlich für das Packen? Wer bringt das Gepäck ins Auto? Wer fährt usw.

Es geht hier also um die Bedeutung von früheren und aktuellen Familienbeziehungen und Rollenzuschreibungen für die psychosoziale Entwicklung des Individuums während des ganzen Lebens.

Zum anderen entstehen die inneren – oftmals unbewussten – Überzeugungen aus lebensgeschichtlichen Mangel- und Trauma-Erfahrungen samt ihrer Verarbeitung. Unaufgearbeitete eigene Lebensthemen mit unbewussten inhärenten Überzeugungen bilden sich in den intrapsychischen Repräsentanzen der Partner ab und führen zu Konflikten. Und hier haben wir es in der Regel mit sogenannten Ambivalenzkonflikten zu tun: Wir wünschen eine Auflösung alter Leiderfahrungen und haben gleichzeitig die Angst, alles werde wieder so sein, wie es damals erlebt wurde. Deshalb stellen wir unbewusst paradoxerweise oft sogar das Scheitern selbst her.

Typisches Beispiel ist der Mensch, der Angst hat verlassen zu werden und aus seiner Angst heraus nun den an sich verlässlichen Partner so kontrolliert und einengt, bis dieser ihn schließlich verlässt. Wenn wir als Kind erlebt haben, permanent zu früh verlassen worden zu sein, dann tragen wir oft eine unbewusste Überzeugung in uns, die lautet: Wahrscheinlich werde ich in Bälde wieder verlassen. Wir unterstellen dann dem Partner in dem Moment, wo er in seine Welt hinausgeht, dass er wahrscheinlich sowieso bald weg ist. Das ist uns aber nicht bewusst. Leider bilden wir aus diesen unbewussten Themen Erwartungen, Ansprüche und aus den Ängsten Verhaltensweisen, die die Beziehung in der Regel sehr einengen und sehr kompliziert machen.

Nun kann man sogar noch einen Schritt weitergehen: Viele Partner passen auf einer unbewussten Ebene zusammen wie Schlüssel und Schloss. Schon in den 70er Jahren hat Jürg Willi diese Beobachtung als das so genannte Kollusionsprinzip beschrieben. Er versteht darunter eine „unbewusste und uneingestandene Komplizenschaft im Zusammenspiel von Partnern. Sie dient der Verwirklichung unreifer Liebessehnsüchte und sichert gleichzeitig die Abwehr der damit verbundenen Ängste. Die Kollusion vermittelt ein Gefühl von spezieller Nähe und Unentbehrlichkeit füreinander“ (Willi, 2002, 188). Kollusion meint also, wir suchen – unbewusst – den Partner, der zu diesem Modell, das wir in uns tragen, gut passt und es ergänzt. Wenn wir aufgrund frühkindlicher Erfahrungen die Angst in uns tragen, ständig verlassen zu werden, dann suchen wir eher denjenigen, von dem wir ein hohes Erleben haben, dass er verlässlich und treu sein wird. Ein manifest

Ängstlicher wird sich in der Regel nicht so schnell in jemandem verlieben, der völlig unberechenbar ist. Mit dem geht er gerne mal ein Bier trinken und sagt: „Du bist immer so lustig. Du hast immer neue Ideen usw.“ Aber den wird er nicht für eine dauerhafte Paarbeziehung suchen.

Was aber macht diese Beziehungsform selbst pathologisch? Sie wird zu einer wechselseitigen Verpflichtung, aus der es kein Entrinnen gibt und die keine weiterführende Entwicklung und Veränderung zulässt (vgl. Willi, 2002, 188). Wir bilden also Erwartungen an den Partner, die jede Entwicklung blockieren. Wenn aber Reifung und Entwicklung essentiell in die Beziehung integriert werden müssen, dann stellt die unaufgearbeitete Kollusion ein Hindernis dar.

Hierzu ein Beispiel: Stellen Sie sich vor, Partnerin A ist ängstlich und Partner B ist narzisstisch. B gibt mit seiner narzisstischen Dominanz seiner ängstlichen Frau A Sicherheit. Er sagt: „Das werden wir schon schaffen, das kriegen wir geregelt, das muss man nicht so schwierig sehen, das machen wir so ...“ Frau A erfährt dadurch Entlastung, weil sie weiß: „Da gibt es jemanden, der kann das Leben in die Hand nehmen, der gibt mir Sicherheit, Gelassenheit und Ruhe.“ Herr B wiederum wird bewundert, weil er so Gutes geben kann. Er sagt: „Es ist gut, mit dieser Frau zusammen zu sein, sie tut mir einfach gut.“ Beide sind zufrieden, es herrscht Ruhe in der Beziehung – und so könnte es bleiben bis ans Ende der Tage, wenn sich keiner der beiden Partner verändern oder entwickeln würde, doch leider...

„Leider“ besucht Frau A, nachdem die Kinder aus dem Haus gegangen sind, ein selbsterfahrender ausgerichtetes Seminar in einem Bildungshaus und entdeckt ihre Ängstlichkeit als ein schon lange währendes lebensgeschichtliches Problem. Auf die Frage: „Wie geht es Ihnen?“ merkt sie: Alles ist ein bisschen eng, ich weiß eigentlich gar nicht, wer ich bin usw. Sie fragt sich: „Wer bin ich überhaupt? Wer will ich sein? Was steckt alles in mir? Wie könnte ich leben?“ So arbeitet sie an ihrer Selbstsicherheit, wird allmählich selbstbewusster und entwickelt sich. Zunehmend hebt sie die bislang unbewusste Delegation der Sicherheit an ihren Partner auf, nimmt also ihre bisherigen Wünsche an den Mann immer mehr zurück im Sinne: „Du musst für mich gar nicht mehr so selbstsicher durchs Leben gehen und wissen, was alles wichtig und richtig ist. Das kann ich schon selber...“ Spätestens das ist der Zeitpunkt, an dem das Paar in eine schwere Krise kommen wird.

Partner B versteht nicht, warum das, was bisher seinerseits gut war und von ihm gewünscht wurde, jetzt plötzlich nicht mehr gebraucht wird, ja möglicherweise sogar nicht mehr gut sein soll, gar unterdrückend, bevormundend und lieblos empfunden wird. Für ihn steht ungerechtfertigterweise die Welt Kopf, und er hat das Gefühl: „Es ist so kalt geworden zwischen uns.“ Er wird die Entwicklungsherausforderung abwehren und sagen, man habe Partnerin A den Kopf verdreht, sie hätte das Seminar nicht besuchen sollen. Es braucht deshalb auch für ihn eine Zeit zu erkennen, wozu diese Reifung der Partnerin ihn persönlich herausfordert. Möglicherweise beginnt jetzt seine Zeit des Selbstzweifels: „Wie ist es, für jemanden nicht mehr wichtig zu sein mit dem, was man

gibt? Wer ist man dann? Woraus speist sich das Gefühl für die eigene Bedeutung?“ So und ähnlich könnten die Fragen lauten.

Dieser Prozess wird sich dann wahrscheinlich nochmals verkomplizieren, weil Partnerin A nicht von einem Tag auf den anderen unabhängig und selbstsicher wird, sondern für eine Zeit lang möglicherweise doppelte Signale, doppelte Botschaften aussendet, die den Mann umso mehr irritieren: „Ich kann alleine, ich will alleine, bevormunde mich nicht mehr“ und gleichzeitig: „Du sollst mir Sicherheit geben, mich führen. Sei mir ein Helfer in der Not“. So wird der andere dann gleichzeitig bekämpft und gebraucht. Der Mann hört nur: „Sei mir ein Helfer in der Not“ und ist das gerne und fühlt sich völlig ausgenutzt, wenn er in der nächsten Situation wieder das Gefühl hat, am ausgestreckten Arm zu verhungern. Das ist dann der Zeitpunkt der Krise, in dem einer der beiden Partner eine Entlastung im Außen sucht – z.B. durch eine Nebenbeziehung.

In diesem Beispiel liegt die besondere Brisanz des Konfliktpotentials darin, dass von jedem Partner ein in der eigenen Persönlichkeit nicht ausreichend integrierter Persönlichkeitsanteil jeweils im anderen Partner bekämpft und gleichzeitig partizipierend genossen wird.

IV. Die drei Pole einer Paarbeziehung – Strukturdominanten der Paarbeziehung aufgrund personaler Strebungen

Gemäß der existentiellen Motivation der Person (vgl. hierzu Längle, 1999) sind drei Pole maßgeblich für das Gelingen einer Beziehung. Wenn Sie sich also fragen: „Was kann ich tun, dass meine Liebe glückt?“, dann analysieren Sie Ihre Beziehung im Hinblick auf folgende Aspekte:

1. Der Substanz-Pol: „miteinander sein können“

Beim Substanz-Pol geht es um die Frage: Können wir überhaupt miteinander sein? Man könnte auch fragen: Wie weit sind beide Partner mit ihrer Partnerschaft identifiziert? Wie sind die Rahmenbedingungen, in denen das Paar sich eingerichtet hat und lebt? Sind sie so, dass sie gut miteinander sein können, oder ist es so eng, dass ganz wenig übrig bleibt füreinander und miteinander, weil z. B. permanent überall die Kinder auch anwesend sind, oder weil es keine Rückzugsmöglichkeiten gibt? Oder ist die Beziehung ausgehöhlt, weil beide zu weit auseinander sind, weil sie beruflich bedingt so häufig getrennt sind, dass es schwer ist, auf der Substanzebene zusammen zu kommen, weil man wenig Begegnungsfläche hat?

Zu einer guten Beziehung gehört die Erfahrung von Halt in der Beziehung, die Klarheit, dass die Beziehung Bedeutung hat, dass man vom Partner her spüren kann: Jetzt haben wir uns aufeinander eingelassen, deshalb wird etwas anderes einmal abgesagt, und dass die Tragfähigkeit der Beziehung spürbar ist, die Verbindlichkeit, die Verlässlichkeit. Gute Gewohnheiten und Rituale können einem Paar helfen, zueinander zu kommen und miteinander zu sein.

2. Der Nähe-Pol: „gerne miteinander sein mögen“

Beim Nähe-Pol geht es um die Frage: „Mögen wir gerne miteinander sein?“ Es geht um die Frage nach dem qualitativen Wir-Gefühl, nach emotionaler Bezogenheit und wechselseitigem Austausch. Vielleicht stimmen die äußeren Rahmenbedingungen – das Haus ist eingerichtet und groß genug, Geld wird hinreichend verdient, der Beruf frisst das Paar nicht zur Gänze auf – aber mögen beide eigentlich miteinander sein? Das Mögen entsteht unter anderem über das Zeithaben. Zum Mögen und Sich-spüren-Können gehört deshalb die Zeit, sich aufeinander einzulassen. Das ist auch ein wichtiger Aspekt für die gemeinsame Sexualität. Wenn das Miteinander-Mögen nicht gespürt wird, weil die gemeinsame Zeit fehlt, dann wird Sexualität zu einer „Pflichtveranstaltung“, die aber unbefriedigt lässt. Es muss also einen (Zeit-)Raum geben, in dem erst so etwas wie gerne miteinander sein mögen und Lust aufeinander entstehen können.

3. Individualitäts-Pol: „im Miteinander eigen sein dürfen“

Beim Individualitätspol geht es um die Frage: „Darf jeder im Miteinander auch eigen sein?“ Es geht also um die Eigenständigkeit und die Möglichkeit persönlicher Entwicklung in der Partnerschaft. Auch wenn zwei Menschen sich entschieden haben, miteinander den Weg zu gehen, bleiben sie zwei einzelne Menschen, die sich letztlich immer wieder auch fremd sind und bleiben. Darf diese Einzigartigkeit auch in der Partnerschaft zum Ausdruck kommen? Ist das begrüßt oder ein Kampf? Darf die Unterschiedlichkeit, die Eigenständigkeit ein wichtiger Bestandteil der Beziehung sein? Und wer von beiden setzt sich für dieses Anliegen ein? Ein Problem mancher Beziehungen ist es, dass ein Partner sich mehr im Sinne des Individualitäts-Pols engagiert und der andere mehr im Sinne des Nähe-Pols, was dann wie ein Gegeneinander wirkt, obwohl es gut wäre, beides in ein Miteinander zu überführen.

V. Einige grundlegende Überlegungen aus der Erfahrung der Arbeit mit Paaren

1. Es scheint so zu sein, dass jede Paarbeziehung, die von personaler Liebe getragen ist, vier Charakteristika hat: Intimität, Exklusivität, Dauerhaftigkeit und Vertiefung. Es ist schwer, letztlich zu begründen, warum das so ist, es ist aber phänomenologisch zu beobachten, dass das so ist (vgl. z.B. Willi, 2002, 82 ff.). In diesem Sinne schützen und fördern Paare ihre Liebe, wenn sie auf diese vier Merkmale achten. Damit soll keine moralische Vorgabe gemacht sein. Jedes Paar muss für sich selbst herausfinden, was für beide als verbindlich erachtet wird und was man sich und dem Partner als eigener selbst bestimmter Lebensraum zugesteht. Aber Intimität, Exklusivität, Dauerhaftigkeit und Vertiefung scheinen der Paarbeziehung inhärent zu sein und wesentliche Einflussfaktoren und Grundbedingungen für das Gelingen der Liebe darzustellen.

2. Entscheidend für das Gelingen einer Partnerschaft ist das wechselseitige Empfinden einer Gleichwertigkeit von

Geben und Nehmen. Jede Partnerschaft wird wahrscheinlich über kurz oder lang scheitern, wenn diese Gleichwertigkeit von Geben und Nehmen nicht von beiden erlebt wird. Das muss nicht mit gesellschaftlichen Rollenvorgaben übereinstimmen, sondern ist etwas sehr subjektives, dass Menschen empfinden und sagen: „Ich erlebe meine Beziehung als ausgeglichen.“ Wenn die Beziehung auf Dauer unausgeglichen ist, indem einer dominiert und der andere immer nur der dankbar Empfangende ist, dann wird der Unterlegene eines Tages aus der Beziehung aussteigen, oder der Dominierte wird sagen: „Jetzt wird es mir langweilig.“ Eine ungleichwertige Partnerschaft kann auf Dauer nicht funktionieren. Das hat auch etwas mit Selbstachtung, mit Eigenverantwortung, Würde, usw. zu tun.

3. Ein Problem der Liebe ist, wenn einer den anderen braucht, damit es ihm gut geht, also die Verwechslung von Liebe mit funktionalisierter Zuwendung. Die Schwierigkeit ist natürlich die: Irgendwo brauchen wir uns immer, auch für etwas Eigenes. So frei ist keine Liebe und keine Beziehung, dass man sich brüsten könnte: „Ich bin völlig autonom, und ab jetzt liebe ich nur noch.“ Wir sind immer auch angewiesen auf den anderen. Das hat damit zu tun, dass wir Bedürfnisse haben. Wir sollten aber nicht den anderen funktionalisieren für das, was wir brauchen.

Für alles, was wir brauchen, ist eine zentrale Frage wichtig: Wer trägt die Verantwortung für das, was wir brauchen? Die Tendenz in vielen Paarbeziehungen ist, dass wir sagen: „Du bist derjenige, der mir das geben kann. Und deshalb bist du dafür zuständig, dass du mir das gibst, was ich brauche.“ Das ist ein großer Irrtum und Fehler in den meisten Beziehungen, weil sie dadurch verzweckt und funktionalisiert werden und dem anderen nicht mehr die Freiheit gelassen wird, ob er heute etwas diesbezügliches geben will oder nicht. Das heißt: Jeder ist für seine eigenen Bedürfnisse verantwortlich und hat diese nicht automatisch als Erwartung an den anderen heranzutragen.

4. Nun noch zur Unterscheidung von Bedürfnissen innerhalb der Beziehung und Bedürftigkeit. Von Bedürftigkeit spricht man, wenn Bedürfnisse über zu lange Zeit nicht berücksichtigt wurden und der Mensch deshalb in einen solchen tiefen Mangel rutscht, dass er darin bedürftig wird. Bedürftigkeiten bringen wir oft aus unserer Lebensgeschichte mit. Wir haben Erfahrungen gemacht, wo schlecht mit uns umgegangen wurde, und aus dieser Not heraus haben wir nicht mehr nur ein Bedürfnis z. B. nach Sicherheit, sondern eine Bedürftigkeit.

Jeder Mensch kann das sehr gut wahrnehmen und spüren, ob es sich um ein Bedürfnis handelt, das uns immer auch Freiheit und einen gewissen Spielraum lässt, und wo das Bedürfnis kippt in eine Bedürftigkeit. Ich gebe Ihnen einen Tipp: Immer wenn Sie als Paar in einen Streit kommen, und Sie fangen an, Worte wie „immer“ oder „nie“ zu gebrauchen, dann hat in der Regel das verletzte innere Kind in Ihnen aus seiner unbewussten Bedürftigkeit heraus gesprochen. Dann will es etwas und sagt: „Das brauche ich dringend, um überleben zu können.“ Aber wir dürfen nicht den Irrtum begehen zu sagen: „Und genau dafür bist jetzt du als Partner

zuständig, mir das zu geben.“ Das ist einer der hauptsächlichen Gründe, warum Beziehung sehr eng wird und es zu vielfältigen Konflikten kommt. Denn jeder ist für seine Lebensgeschichte, so schwer sie auch gewesen sein mag, selbst verantwortlich. Und jeder ist für das Umgehen mit eigener Bedürftigkeit und dessen Auflösen ebenfalls selbst verantwortlich.

Verantwortung für das innere Kind trägt also der Bedürftige. Aber: Der unabhängige Partner, der in dem Augenblick nicht in einer Bedürftigkeit steht, kann Entlastung geben, indem er dem inneren Kind des anderen signalisiert, dass er es im Blick hat, ohne sich von ihm erpressen zu lassen. Dies wäre ein gnädiger Umgang, selbst wenn jeder seine Verantwortung behält. Der unabhängige Partner trägt dann nicht Verantwortung für die Bedürftigkeit des andern, sondern nur Verantwortung für die Tatsache, einen Partner im Kontext dieser Bedürftigkeit zu haben. Ich muss mir als der unabhängige Partner auch der Tatsache eingedenk sein, dass der andere möglicherweise gar nicht anders kann und ich ihm das nicht ständig zum Vorwurf machen kann und darf. Die Reife der Liebe zeigt sich auch darin, wenn ich sagen kann: Ich nehme dich so, wie du bist. Damit soll nicht gesagt sein, dass man sich als Partner in Ruhe lassen soll und alles immer so bleiben soll, wie es ist. Die Partnerschaft ist ein guter Boden, um sich zuzumuten und miteinander eine Auseinandersetzung zu wagen. Zur Reife gehört es aber auch, dass man die Begrenztheit, in der beide Partner stehen und die auch bleiben wird, akzeptiert und sie nicht immer neu zum Problem macht, denn dann will man vom anderen etwas, was er letztlich nicht kann. Das heißt: „Unreife“ Paare versuchen hier, sich gegenseitig zu erziehen. „Reife“ Paare lassen sich so gelten, ohne sich zu verwickeln. Und sie achten sich gegenseitig, obwohl sie um ihre Begrenztheiten wissen.

5. Aus Bedürftigkeiten und unaufgearbeiteten Ängsten erwachsen einengende Erwartungen. Die Tatsache, dass wir oft sehr schnell Erwartungen aneinander richten, engt den Spielraum der Begegnung ein. Aus Erwartungen entstehen unklare und ungute Regeln der Kommunikation. Und diese verhindern Begegnung. Deshalb ist es gut, wenn man sich der Erwartungen aneinander bewusst wird und sie klärt. Es kann sehr hilfreich sein, wenn man eine Erwartung in eine Bitte ummünzt und den anderen in die Freiheit entlässt, ob er dieser Bitte Rechnung tragen will.

Schluss

Ich möchte mit einem zentralen Gedanken schließen.

In der Liebe gibt es kein Recht aufeinander. Liebe ist immer ein freies Geschenk des anderen. Das schließt ein, die Angst auszuhalten, ob der andere bleiben wird, wenn es nicht mehr das Geld oder eine Abhängigkeit ist, die ihn binden. „Bleibst Du bei mir, einfach weil ich der bin, den Du liebst?“ Wenn man miteinander dahin gekommen ist, erlebt man etwas von der Freiheit in dem Geschenk der Liebe: Wenn der andere mich liebt, ist es nichts, auf das ich in irgendeiner Weise ein Recht hätte, sondern etwas, das einfach ist, weil der andere mir diese Liebe schenkt. Wer diese Freiheit achtet

und wer dem Geschenk dieser Liebe Dankbarkeit zollt, der vertieft die Liebe.

Literatur

- Kolbe Ch (2001) Gesundheit als Fähigkeit zum Dialog. Zum Personverständnis der Existenzanalyse und Logotherapie. Existenzanalyse 19, 2+3, 54-61
- Kreische R (2000) Psychoanalytische Paartherapie. In: Kaiser P (Hg) Partnerschaft und Paartherapie. Göttingen: Hogrefe, 257-270
- Längle A (1999) Was bewegt den Menschen? Die existentielle Motivation der Person. Existenzanalyse 17, 3, 18-29
- Willi J (2002) Psychologie der Liebe. Persönliche Entwicklung durch Partnerbeziehungen. Stuttgart: Klett-Cotta

Anschrift des Verfassers:
Dr. Christoph Kolbe
Borchersstraße 21
D-30559 Hannover
c.kolbe@existenzanalyse.com

Medien zur Tagung

„DAS WESENTLICHE SEHEN“

Acht Live-Mitschnitte von

Gerald Hüther

Brett vor'm Kopf **und** Das Symptombild ADS/ADHS aus der Perspektive der aktuellen Hirnforschung

Ferdinand Fellmann

Warum die Psychotherapie ohne Phänomenologie am Menschen vorbeigeht

Alfried Längle

Das Bewegende spüren

Bin Kimura

Das Zwischen als Grundlage der phänomenologischen Methode in der psychiatrisch-psychotherapeutischen Praxis

Anton Nindl

Vom Träumen zum Eigentlichen

Wolfgang Schmidbauer

Vom menschlichen Geist zum „armen Ich“

J. Bauer, Ch. Kolbe, A. Längle, W. Schmidbauer

Moderation: E.-M. Waibel

Peneldiskussion: Phänomenologie in der Praxis
Gemeinsamkeiten und Unterschiede in der Anwendung

CD und DVD bestellbar bei

Auditorium Netzwerk

Tel.: 0049/76 31/17 07 43; Fax: 17 07 45

audionetz@aol.com

www.auditorium-netzwerk.de

Wenn Liebe zur Belastung wird

Michaela Probst

Liebe ist ein allgegenwärtiges Thema. Es gibt kaum einen menschlichen Bereich, der für jeden einzelnen von so großer Bedeutung ist wie Liebe und Partnerschaft. Liebe hat viele Facetten und begegnet uns auf unterschiedlichste Art und Weise. Wir hören häufig das Wort Liebe im alltäglichen Leben in den Massenmedien, in Werbung, in Schlagertexten, Filmen, Liebesromanen, nicht zu vergessen in unzähliger beratender und aufklärender Literatur, was leicht dazu führen kann, dass der Begriff Liebe oberflächlich bzw. abgedroschen klingen bzw. erlebt werden kann.

Schlüsselwörter: Abgrenzung, Liebe, Partnerschaft

Love is an ever-present topic. There is hardly any other human area of equal importance for the individual as love and relationship. Love is multi-faceted and manifests itself in the most varied ways. The word „love“ is omnipresent in daily life in the media, in advertisement, in the lyrics of popular music, in films, romantic novels and, last but not least, in countless counselling and enlightening books. All of these may make the word „love“ sound or be experienced as shallow or trite.

Key words: couple relationship, delimitation, love

1. Was ist Liebe?

Liebe ist ein faszinierendes Phänomen, das in unterschiedlichen Kulturen und Epochen verschieden aufgefasst und erlebt wird. Liebe ist weder fassbar, noch sichtbar, noch messbar. Sie hat keine bestimmte Gestalt, und doch wissen wir, dass es sie gibt, wir können sie mit all unseren Sinnen wahrnehmen. Liebe kommt uns zu. Sie durchdringt und erfasst den Menschen ganz. Sie beflügelt, lässt die Zeit stillstehen, und manchmal raubt sie den Verstand. Derjenige, der von diesem Gefühl überschwemmt wird, erlebt ungeahnte Kräfte. Liebe stellt eine der tiefsten emotionalen Erfahrungen dar, die schwer in Worte zu fassen ist. Jeder Mensch sehnt sich nach Liebe, und dennoch besteht gleichzeitig eine große Angst davor. Sehr häufig wird die Meinung vertreten, zu lieben sei ganz einfach, wenn man nur den richtigen Partner findet, was eigentlich schwieriger sei.

Damit ein Mensch seine Liebe zu seinem Partner erfüllend erleben kann, sind Voraussetzungen notwendig. Sind die nicht gegeben, besteht die Gefahr, dass Liebe zur Belastung wird. Liebe ist keine Sache, die wir über den Verstand und über das Denken aufnehmen, sondern Liebe ist ein sinnliches Erlebnis, es ist eine Angelegenheit der Gefühle. In der Liebe wird eine Haltung sichtbar und spürbar, die in der Beziehung zweier Menschen als wohltuend, erfüllend und einander förderlich erlebt wird.

Liebe kommt verbal am schönsten in dem Liebesbekenntnis „Ich liebe dich“ zum Ausdruck. Es ist einer der schönsten Sätze der Welt, und dennoch bringen ihn wenige locker über die Lippen. Manchen macht er sogar Angst, und er hängt wie ein Stein auf der Zunge.

Was bedeutet diese Liebeserklärung für einen Menschen?

Was erlebt man, wenn ein Partner, zu dem man sich hingezogen fühlt, der einem nahe steht, dieses Liebesbekenntnis macht? Erlebt man darin ein wohliges Gefühl, Geborgenheit, Wärme, Sicherheit, oder stellen sich vielmehr Unbehagen, Enge, Zweifel, Unsicherheit oder sogar Ängste ein?

Umgekehrt gefragt, wie oft sage ich zu meinem Partner „Ich liebe dich“?

Viele Klienten, die in Therapie kommen, haben mit diesen Worten Schwierigkeiten. Sie fühlen sich vom Partner geliebt, erleben sich selbst als liebend, und doch bringen sie diese Worte nur schwer über ihre Lippen, oder können es kaum ertragen, sie vom Partner zu hören. Die Liebe ist irgendwie vorhanden, aber es ist damit Belastung verbunden. Sehr oft haben diese Menschen ein schlechtes Gefühl, fühlen sich selbst schuldig, weil sie das Gefühl haben, etwas in der Beziehung nicht entsprechend einbringen zu können. Sie spüren, dass sie dem Partner und sich selbst etwas schuldig bleiben. Etwas kommt in ihrer Beziehung nicht zum Leben. Trotz allen Bemühens um Liebe und obwohl scheinbar alles passt, fällt es ihnen schwer, sich geliebt zu fühlen oder dem Partner gegenüber auszudrücken, dass sie ihn lieben.

2. ICH liebe dich

Wie kommt es zu dem Bedrückenden und Belastenden in einer offensichtlich liebenden Beziehung?

Gehen wir den Worten „Ich liebe dich“ phänomenologisch nach.

Was wird darin sichtbar?

Da gibt es also ein ICH. Ich bin es, der liebt. An dieser Stelle stellt sich eine wichtige Frage: Weiß ich überhaupt um mein ICH? Kenne ich mein ICH? Wie gut habe ich mein Ich gefasst?

Habe ich dieses Ich schon in Empfang genommen, bin ich damit in Beziehung getreten? Kann ich zu diesem Ich stehen und dieses Ich auch vertreten? Zweifle ich daran, oder habe ich sogar Angst davor? Welche Erfahrungen wurden mit diesem gemacht? Ist dieses ICH jemals angefragt worden? Hat es jemanden interessiert, wenn ich von mir sprechen wollte, wenn ich Meines zum Ausdruck bringen wollte? Wurde ich da in Empfang genommen, oder wurde ich abgelehnt, bewertet, verurteilt, übergangen oder Meines als unwichtig abgetan?

Aussagen wie „Nimm dich nicht so wichtig!“, „Du bist jetzt nicht gefragt.“, „Sei still!“, „So muss man es machen.“ sind vielen Menschen aus ihrer Lebensgeschichte bekannt.

Dieses gefasste ICH ist aber eine notwendige Voraussetzung für gelingende Liebe. Es ist wichtig, in Beziehung mit sich selbst zu sein. Bei den Menschen, die wegen Beziehungsproblemen in Gespräche kommen, ist häufig zu spüren, dass sie ihr ICH nicht gut fassen können, ihrem ICH nicht trauen und dazu neigen, ihr ICH nicht wichtig zu nehmen und es zu übergehen. Sie sind sich unsicher oder haben Angst davor, egoistisch zu sein. Wenn sie ihr ICH wichtig nehmen, befürchten sie, auf Ablehnung zu stoßen, Kritik ausgeliefert zu sein, und letztlich dadurch beziehungslos zu werden. Aber genau darin passiert es. Weil sie die Beziehung zu sich nicht halten können, gelingt es ihnen nicht, sich offen auf ihren Partner einzulassen, und dadurch gehen sie in ihrer Beziehung verloren.

Damit der Mensch lieben kann, braucht es diese Voraussetzung. Er muss sein ICH haben, zu diesem ICH stehen und Beziehung halten können. Sonst kann er sich dem DU nicht öffnen, ohne Gefahr zu laufen, sich ständig zu verlieren.

Wenn diese Voraussetzung nicht gegeben ist, dieses mein ICH nicht ausreichend gefasst ist, ich mit meinem ICH nicht in Beziehung stehe, entsteht pathologische Dynamik.

Eine Selbstlosigkeit im Sinne einer Selbstverlorenheit entsteht. Das Defizit, das dadurch entsteht, wird aufzufüllen versucht, indem der Partner in der Beziehung benutzt wird. Ein Gefühl von Abhängigkeit entsteht. Der Partner wird gebraucht, und es wird unerträglich, wenn er meine Vorstellungen und Erwartungen nicht erfüllt, sondern es wagt, sein Eigenes zu leben.

3. Ein Fallbeispiel

Wie begegnet uns diese Beziehungsdynamik im Alltag?

Ich möchte das an einem Beispiel aus der Praxis zeigen.

Elisabeth, eine 55jährige Frau war 34 Jahre mit ihrem Mann verheiratet. Sie hat zwei erwachsene Kinder von 25 und 28 Jahren. Mit 21 Jahren ging sie in ihre Ehe und war, wie sie selbst von sich sagt, ein sehr unreifes Mädchen. Ihr Mann war um ein Jahr älter, aber auch ihm ging es nicht anders. Für ihn war sein berufliches Weiterkommen sehr wichtig, und er investierte seine ganze Kraft und Zeit darein. In all ihren Ehejahren lebten sie ein funktionierendes Beziehungssystem. Kurz nach ihrer Scheidung kam Elisabeth nach einem stationären Aufenthalt wegen eines vital gehemmt depressiven Zustandes in Therapie. Sie wollte ihre gescheiterte Ehe mit dem erfolgreichen Topmanager aufarbeiten. Immer wieder berichtete sie

von den ständig wiederkehrenden Vorwürfen und Anklagen ihres Ex-Mannes:

„Du siehst ja nicht, was ich alles für dich tue!“

„Niemand wird mehr für dich machen, als ich es mache, aber dir genügt es nie. Du bist wirklich undankbar.“

„So einen wie mich, wirst du nie mehr finden, der so gut und großzügig ist.“

Ihr Mann war auch wirklich großzügig. Er tat alles für sie. Sie lebten in einer luxuriösen Villa in der Stadt, sie bekam teure Kleider, und sie fuhren tolle Autos. Er war bereit, alles für sie zu tun. Aber doch fehlte etwas. Ihr Mann konnte sich selbst nicht in die Beziehung einbringen. Er versuchte, mit großartigen Geschenken zur Geltung zu kommen, um das, was ihr eigentlich fehlte, auszugleichen.

Elisabeth: „Zum Geburtstag habe ich mir so sehr ein romantisches Frühstück mit ihm allein gewünscht, bekommen habe ich einen Brillantschmuck und eine tolle Reise. Nur das romantische Frühstück zu zweit fand nicht statt. Darüber konnte ich mich nicht freuen. Mir ging es zunehmend schlechter, und ich fühlte mich schuldig.“

Wenn Elisabeth versucht hatte, ihre Anliegen, ihre Bedürfnisse im Alltag umzusetzen, das zu leben, was ihr wichtig war oder in ihre Beziehung einfließen zu lassen, reagierte ihr Mann äußerst verständnislos. Je mehr sie ihre Sehnsüchte formulierte oder Kritik an ihm anbrachte, desto aggressiver wurde er und attackierte sie mit massiven Abwertungen.

Wie z.B.:

- Was willst du eigentlich, du hast ja nichts gelernt.
- Du bist ja nichts.
- Du bist wirklich das Letzte.
- Du willst dich ja nur selbst verwirklichen, bist auf deinem Egotrip.

Diese Sätze hörte sie sehr oft, vor allem immer dann, wenn sie sich für sich einsetzte und ihre persönlichen Anliegen ins Leben einbringen wollte. Für Elisabeths Mann war es unerträglich, wenn sie eigenständig und unabhängig von ihm etwas machen wollte. Kaum äußerte sie ein Bedürfnis, wertete er sie ab oder warf ihr Egoismus vor.

Jede Forderung von Elisabeth an ihn löste bei ihm eine Krise aus. Er fühlte sich bedroht, er hatte das Gefühl, sie zu verlieren. Er hielt es nicht aus, wenn sie allein oder mit Freunden weggehen wollte. Wahrscheinlich spürte er, dass sie dort etwas bekam, was er ihr nicht geben konnte. Rasende Eifersuchtsszenen waren die Folge. Wenn Aggression nicht genügte, sie gefügig zu machen, wurde er manipulativ. Mit seiner Wortgewandtheit gelangt es ihm, meist geschickter zu argumentieren, als sie es konnte. Unterstellungen und Interpretationen gehörten allmählich zur alltäglichen Kommunikation.

Elisabeth wörtlich: „Er konnte seine Argumente so klar darstellen, er hatte die Fähigkeit seine Gründe, die für ihn sprachen, so zu idealisieren, dass es für mich glaubwürdig wurde, dass er Recht haben musste.“

Was geschah dadurch mit Elisabeth?

Bei Elisabeth entstand mehr und mehr das Gefühl, nicht richtig zu sein. Sie begann, ihr eigenes Erleben anzuzweifeln und ihr Eigenes als unrichtig anzusehen. Übrig blieb das Ge-

fühl: Ich bin nicht richtig, ich sehe die Dinge falsch. Was ich erlebe, passt nicht, und meine Gefühle sind verkehrt. In der Beziehung werde ich ihm nicht gerecht, ich entspreche nicht. Wahrscheinlich hängt es wirklich an mir, dass unsere Beziehung nicht gelingt. Er macht ja tatsächlich alles für mich.

Was wird an diesem Beispiel sichtbar?

Welche Phänomene sind fassbar?

Elisabeths Ex-Mann versuchte, seine eigenen Defizite, seine Selbstlosigkeit durch Anhäufung materieller Güter, Überfürsorge und maßloses Verwöhnenwollen seiner Frau, durch Überhäufen mit Geschenken zu kompensieren. Elisabeth spürte mit der Zeit, dass all das ihr kein Ersatz war für eine beziehungs-volle Begegnung mit ihrem Mann.

Am Beginn der Beziehung erlebte sie eine vermeintliche Wertschätzung und Geborgenheit. Sie fühlte sich wie eine Prinzessin behandelt, der alle Schätze zu Füßen gelegt wurden. Damals hatte sie selbst noch keine Sprache für sich. Nur irgend-etwas stimmte für sie nicht. Sie fühlte sich zunehmend unsicherer, unfreier, ihre Selbstzweifel nahmen zu, und immer mehr Schuldgefühle bestimmten ihren Alltag.

Obwohl sie alles bekam, machten sich in ihr Unbehagen und innere Unruhe breit, aber sie konnte es an nichts Konkretem festmachen. Sie spürte nur, dass irgendetwas fehlte und fühlte sich dafür auch noch schuldig.

Tatsächlich, Elisabeth und ihr Mann blieben sich in ihrer Ehe etwas schuldig, nämlich Begegnung. Begegnung in einer Beziehung geschieht nur da, wo keine Erwartung, keine Forderung, kein Zwang, kein Zweck sind. In der Begegnung zwischen ICH und DU steht kein Hindernis. Beziehung zum Du ist immer unmittelbar und gegenseitig. Glücksgefühle in einer Partnerschaft entstehen aus der Fähigkeit, mit dem Du in Beziehung zu treten, zu geben, zu empfangen und Unterschiede zu überbrücken, um eine Vertrauensbasis zu schaffen. In der Begegnung lasse ich mein Eigenes durch den Anderen berühren und füge dem Gegenüber mein Eigenes hinzu. Begegnung fand in Elisabeths Ehe nicht statt.

In der Fallschilderung wird sichtbar und spürbar, wie wichtig es ist, sein ICH zu haben, in Beziehung mit diesem ICH zu sein, damit Liebe zum Leben kommen kann und Liebe nicht zur Belastung wird.

Ich brauche mein ICH, um mich dem DU zu öffnen. Habe ich mein ICH nicht, gerate ich in Gefahr, mich in der Beziehung zu verlieren, meinen Partner zu verwenden, zu gebrauchen, um meine Selbstlosigkeit damit zu kompensieren. Die Dynamik in der Beziehung, die dadurch entsteht, wird drängend, zwingend und fordernd. Es ist dann keine liebende, sondern eine missbräuchliche, abhängige Beziehung.

3. Ich LIEBE dich

Bisher wurde der Wert des Wortes ICH in der Liebeserklärung „Ich liebe dich“ beleuchtet. Wenden wir uns dem Wort „lieben“ zu. Was bedeutet lieben? Was wird darin zum Ausdruck gebracht?

Zu lieben bedeutet, wach und mit offenem Herzen aufmerksam wahrzunehmen. Liebe entfaltet sich im Augenblick, wenn ich mich in Offenheit und Vertrauen in die Situation bege-

be. Sie macht die Begegnung zweier Menschen zu etwas Besonderem.

Lieben heißt, ich wende mich dir zu, ich nehme zu dir Nähe auf. Ich erlebe deine Wirkung auf mich. Du lässt mich nicht kalt. Du bewegst mich, Lebendigkeit kommt auf. Gefühle der Zuneigung, der Zärtlichkeit, der Achtsamkeit überkommen mich. Deine Nähe erlebe ich wohlthuend, zu dir fühle ich mich hingezogen. Ich spüre, es läuft auf etwas Gutes hin.

So wie du bist und wie ich spüre, dass du sein wirst, weiß ich, du tust mir gut und wirst mir gut tun. Liebe öffnet mein Herz. Sie lässt mich aufblühen und es macht mich glücklich, die Verbundenheit, mein Hingezogensein zum Anderen zu spüren.

„Gefühle werden ‚gehabt‘; die Liebe geschieht. Gefühle wohnen im Menschen, aber der Mensch wohnt in seiner Liebe.“ (Buber 1997, 18)

Liebe ist, wie Alfred Längle beschrieben hat, die intensivste emotional gefärbte Beziehungsform, in der der Andere in seinem Wesen und in seinen Entwicklungsmöglichkeiten gesehen wird, sodass man sich zu ihm hingezogen fühlt und das tiefe Bedürfnis spürt, für ihn da sein zu wollen. Kurz gesagt: „Liebe ist das Ja zum Du.“

Im Gefühl zu lieben erleben wir etwas Befreiendes. Liebe eröffnet den Raum, in den sich der Andere hineinentwickeln kann und in den ich mich hineinentwickeln kann. „Durch die Liebe werden wir mehr uns selbst.“ (Längle 1993) In der Liebe darf ich ich selbst bleiben, und ich bin neugierig, zu erleben, wie du bist.

Durch die emotionale Verbundenheit haben wir eine Basis, die das Gemeinsame trägt und die das Unterschiedliche zwischen uns zur Entfaltung kommen lässt. Gerade die Unterschiedlichkeit auf der Basis des Gemeinsamen macht es mir möglich, in der Begegnung mit dir mich weiterzuentwickeln.

Liebe lebt also einerseits aus der Gemeinsamkeit, aber mindestens ebenso aus der Unterschiedlichkeit der Liebenden. Echte Liebe bedeutet, ich bleibe mit mir in Beziehung, gebe dir von mir, was mir eigen ist, und empfangen das von dir, was dir eigen ist. In der Liebe wächst man über sich hinaus, verbindet sich und bleibt doch unabhängig. Liebe schenkt Entfaltung, Freiheit und Wachstum. Die größte Kunst ist, sich selbst zu bleiben, in seiner Einzigartigkeit und Unverwechselbarkeit das Besondere seines Wesens zu entwickeln und sichtbar werden zu lassen.

Was verstehen aber Menschen oft unter Liebe?

Was heißt für sie lieben?

Hier entstehen häufig Missverständnisse, und Fehlhaltungen werden geprägt. In Therapiegesprächen sagen Patienten oft: „Ich liebe meinen Partner, ich mache alles für ihn und unsere Ehe.“ Lieben heißt für sie, alles für den Anderen tun. Er soll es gut haben, ich gebe mein Bestes, ich erfülle ihm jeden Wunsch und verzichte auf manches, manchmal sogar auf alles was mir wichtig ist.

Was bedeutet so ein Verhalten?

Was passiert da?

Die Menschen verleihen bei solcher Haltung dem Anderen mehr Wert und Bedeutung als ihrem eigenen Sein. Sie übergehen sich, opfern sich auf und unterbinden somit die Beziehung zu ihrem eigenen Leben. Sie verlieren sich selbst aus den Augen und geben ihr eigenes Leben auf.

Oftmals erwarten sie umgekehrt, dass ihr Liebespartner in der gleichen Haltung leben müsse. Lieben bedeutet aber keinesfalls, einen Vertrag abschließen, der besagt: „Wenn ich dir alles gebe, hast auch du mir alles zu geben.“ Wenn Liebende selbstlos sind und nur für den jeweils anderen da sind, meinen sie, so sei die Idealform von Liebe gelebt. Aus dieser Sicht würde lieben heißen, sich selbst aufgeben, voraussetzenden Gehorsam üben, die eigenen Bedürfnisse zugunsten des anderen nicht formulieren. Vielleicht darauf hoffen, dass der andere sie zufällig entdeckt. Solchermaßen selbstlos zu leben heißt eigentlich, sich selbst nicht leben. Sich aufzugeben zugunsten des anderen. Aber ist das Liebe?

Lieben heißt in diesem Verständnis dienen, sich für den Geliebten aufopfern. Diese Haltung lässt sich nicht durchhalten. Ein mieses Gefühl stellt sich ein. Die Betroffenen spüren, dass irgendetwas nicht passt. Sie fühlen sich benachteiligt, wirken frustriert, sind erschöpft oder zeitweise aggressiv. Alle Mühe, die sie sich in vermeintlicher Liebe angetan haben, nützt nichts. Sie fühlen sich schuldig, und genau genommen sind sie auch schuldig geworden. Deshalb schuldig, weil sie sich selbst übergehen und sich dem anderen dadurch vorenthalten. Indem sie sich dem anderen vorenthalten, bleibt ihnen ihr gemeinsames Reich verschlossen, das in der Begegnung der beiden liebenden Wesen zu betreten gewesen wäre.

Oft braucht es in der Liebe mehr Mut, sich selbst zu zeigen, für sich einzutreten, seine eigenen Bedürfnisse und Wünsche zu äußern, als sich zurückzuhalten und vor dem Anderen zu verbergen. Der liebende Dialog braucht Mut für sich selbst und Mut für die Begegnung mit dem anderen. Mut, weil dieser Dialog auch etwas riskiert. Das Risiko, das wir entdecken könnten, dass unsere Liebe nicht mehr weiterträgt. Dass wir vielleicht zu unterschiedlich sind, um das Gemeinsame noch weiterleben zu können. Hier ist unsere Liebe an eine Grenze gekommen. Diese Grenze fürchten viele Menschen. Sie wollen die Liebe erzwingen. Sie beginnen, Forderungen an sich selbst und an den anderen zu stellen, damit die Beziehung weiterbesteht. Ihre Haltung ist: Du musst mich lieben, und ich will dich lieben, koste es, was es wolle. Der Preis für das Aufrechterhalten vermeintlicher Liebe ist hoch. Ein liebender Dialog, in dem die Bereitschaft besteht, den Anderen zu sehen und sich selbst zur Ansicht zu bringen, ist nicht mehr möglich. Häufig ist dies der Quellpunkt für tiefe Verletzungen und Übergriffe. Diese Art zu lieben wird als besitzergreifend, beengend und entmündigend erlebt. „Ich liebe dich“, heißt in dieser verdrehten Haltung, ich brauche dich, weil ich ohne dich nicht sein kann, und ich halte es nicht aus, dass du ohne mich sein könntest. Ich brauche dich, damit ich meine Selbstverlorenheit nicht spüre und meine Einsamkeit mich nicht bedroht. Der Geliebte ist Mittel zum Zweck geworden.

Bisher wurde der Begriff „Ich“ beleuchtet und das Fenster zum Phänomen „lieben“ geöffnet. Aber das Liebesbekenntnis heißt: „Ich liebe dich“.

Was bedeutet dieses DICH?

Da gibt es ein Gegenüber, da ist ein DU, das ich liebe. Auf dieses DU, auf Dich trifft meine Liebe. Hier drängen sich die Fragen auf:

Wer bist DU? Kann ich dich erreichen? Bist DU offen für mich? Bist DU bereit, dich mir zu zeigen, mit mir in Beziehung

zu treten? Kennst du dein ICH? Hast du dich selbst schon gefunden? Kannst du zu deinem ICH stehen und mir begegnen?

Mit diesen Fragen schließt sich der Kreis. Reife Liebe erfordert ein selbstbestimmtes, autonomes ICH. „Liebe ist Verantwortung eines Ichs für ein DU.“ (Buber 1997, 19)

Für eine erfüllende Liebe ist es notwendig, dass sich das DU als Wesen sichtbar machen kann, ebenso wie es notwendig ist, dass ich mich sichtbar machen kann. Liebe kann nur gelingen, wenn zwei Menschen aufeinander treffen, die sich selbst schon ein Stück weit gefasst haben. So können sie einander lieben.

Einander lieben heißt, das DU zu lieben, in dieser Liebe selbst vorzukommen und zu spüren, was dem anderen weh tut. Liebe ist die Sorge für das Leben und das Wachstum dessen, was wir lieben. Wo diese Sorge fehlt, ist auch keine Liebe vorhanden. Echte Liebe lässt dem anderen sein Eigenes, und in echter Liebe hat mein Eigenes Bestand. Es ist geradezu eine Bedingung für die Lebendigkeit der liebenden Beziehung, dass Bereitschaft besteht, einander zu begegnen, dass ich Lust darauf habe, mit meinem ICH auf ein DU zu treffen. In der immer wieder gelungenen Begegnung wird die Beziehung zueinander mit neuen Erfahrungen bereichert, und der Raum der sich uns dabei eröffnet, wird zu einem gemeinsamen Reich. Wir sind gleichwertige Partner und können unser Reich eigenständig in Besitz nehmen, ohne den anderen dafür zu gebrauchen, zu benutzen oder vom anderen abhängig zu sein. Du bist kostbar, dich erlebe ich als Reichtum. Deine Gefühle achte ich. Den Wert, den du in unsere Liebe einbringst, schätze ich.

Genauso will ich von dir respektiert, geachtet und geschätzt werden.

Jeder Mensch verspürt in einer Liebesbeziehung neben der Sehnsucht nach liebender Verschmelzung ebenso den Wunsch nach Abgrenzung und Freiheit. Liebe, die den Anspruch erhebt, in der Beziehung verschmolzen zu bleiben, läuft Gefahr, zur Belastung, Enge und Mühsal zu werden.

„Es gibt ein altes französisches Volkslied, das sagt: ‚L’amour est l’enfant de la liberté. (Die Liebe ist das Kind der Freiheit.) In diesem Lied sind Liebe und Freiheit zusammengebracht. Heute wird dieser innere, tiefste Zusammenhang zwischen Liebe und Freiheit wohl kaum so empfunden, ganz im Gegenteil. Die meisten Menschen haben Angst, dass sie ihre Freiheit verlieren, wenn sie lieben und können nicht glauben, dass die Liebe gleichzeitig die größte Entwicklung der Freiheit bedeutet.“ (Fromm 1993, 43)

Literatur

Buber M (1997) Das Dialogische Prinzip. Gerlingen: Schneider

Fromm E (1993) Leben zwischen Haben und Sein. Freiburg im Breisgau: Herder

Längle A (1993) Wertbegegnung. Phänomene und methodische Zugänge. Wien: GLE-Verlag

Anschrift der Verfasserin:

Michaela Probst

Neutorgasse 50

8010 Graz

michaela.probst@existenzanalyse.org

Liebe, das ist ein großes Wort

Arno Boehler

„Liebe. Das ist ein großes Wort,“ heißt es in einem Stück von Neil LaBute, das den Titel trägt „Das Maß der Dinge“. Wie alle großen Wörter kann auch das Wort „Liebe“ auf sehr unterschiedliche Art und Weise geäußert und kontextuell mit Bedeutung aufgeladen werden. Mein Vortrag wird einige Sprachspiele der Liebe durchspielen, um schlussendlich in die Frage zu münden, warum denn die Liebe überhaupt danach drängt, zur Sprache kommen zu wollen?

Schlüsselwörter: Beziehung, Erotik, Liebe

„Love. That is a big word,“ can be found in a piece by Neil LaBute with the title „The Shape Of Things“. As all big words „love“ can be said and contextually charged with different meaning in a multitude of ways. The lecture will look at word games in love in order to arrive at the question why love strives at all to be put into words.

Key words: erotic, love, relationship

Das Bild der PhiloSophie

Das Wort PhiloSophie setzt sich bekanntlich aus zwei Silben zusammen. Aus Philo, Lieben, und Sophia, Weisheit. Wörtlich genommen ist der Philosoph also einer, der liebt. Und zwar eine Frau namens Sophia. Angesichts dieser etymologischen Wurzeln könnte man annehmen, dass der Philosoph in Sachen der Liebe inzwischen besonders bewandert ist, kann er sich doch auf eine über 2.000 Jahre alte Geschichte berufen, in der es darum geht, raffinierte Formen des Liebens zu entwickeln, um das Objekt des philosophischen Begehrens, die Weisheit, schließlich für sich zu gewinnen.

Aber bei der Frage, ob Philosophen ihrem Namen gerecht werden und im Zuge ihrer philosophiegeschichtlichen Performance eine besondere Autorität und Kompetenz in Sachen der Liebe entwickelt haben, herrscht selbst unter den Philosophen Dissens. Und so steht auch heute noch die Behauptung von Sokrates in Platons Symposion, sich „auf nichts anderes so zu verstehen wie auf die Dinge der Liebe“ (1995, 113) der Vorrede von Friedrich Nietzsche in „Jenseits von Gut und Böse“ entgegen, wo er die These vertritt, dass die Philosophie dem Weib „Wahrheit“ bislang ohne großen Erfolg nachgestellt hat. – Und zwar gerade deshalb, weil die Verführungskünste der Philosophen, ihre Argumente, Einsichten, Gründe, Redensarten bisher *viel zu plump waren*, um die „Wahrheit“, dieses vielschichtige, subtile „Weib“, für sich gewinnen zu können. „Vorausgesetzt, dass die Wahrheit ein Weib ist –, wie? Ist der Verdacht nicht gegründet, dass alle Philosophen, sofern sie Dogmatiker waren, sich schlecht auf Weiber verstanden? Dass der schauerliche Ernst, die linksische Zudringlichkeit, mit der sie bisher auf die Wahrheit zuzugehen pflegten, ungeschickte und unschickliche Mittel waren, um gerade ein Frauenzimmer für sich einzunehmen? Gewiss ist, dass sie sich nicht hat

einnehmen lassen.“ (Nietzsche 1980a, 11)

Eine Textstelle, in der Nietzsche den Glauben vertritt, dass unsere Herrn Philosophen – meistens waren es Männer – trotz einer altehrwürdigen Tradition und trotz der Behauptung von Sokrates, sich „auf nichts anderes so zu verstehen wie auf die Dinge der Liebe“, immer noch vor der historischen Aufgabe stehen, subtilere, listigere, verführerischere Mittel des *Philo*-sophierens erfinden zu müssen, um das Weib „Wahrheit“ endlich im *großen Stile* für sich gewinnen zu können. – Und, im Geheimen gesagt: Wer weiß, ob für diese historische Aufgabe nicht *ein neues Geschlecht* von PhilosophInnen gefordert ist? Eines, das sich besser als bisher darauf versteht, Sophia, eine Frau, zu verführen und dazu zu überreden, sich dem Verlangen ihrer VerehrerInnen hinzugeben?

Übrigens. Gleichwohl es sich in Platons Symposion um eine reine Männerrunde handelt, die sich versammelt hat, um das Wesen der Liebe zu erörtern, sei an dieser Stelle daran erinnert, dass schon Sokrates *von einer Frau* namens *Diotima* aus Mantinea in die Weihen der Erotik eingeführt und darin *verbal* unterrichtet worden ist. In einem Dialog, in dem sie ihm die Wahrheit über den Eros so auseinander legt, dass Sokrates nicht mehr anders kann, als ihrer Rede zuzustimmen und sie als wahr und vernünftig einzusehen. „Die Rede über den Eros aber, die ich einstmals von einer Frau aus Mantinea, von Diotima, gehört habe, die in diesen Dingen und in vielem anderen weise war, (...) und die auch mich in den Dingen der Liebe unterrichtet hat – die Rede also, die sie gehalten hat, will ich wiederzugeben versuchen.“ (Platon 1995, 148) Sokrates erfährt die Wahrheit über den Eros, über seine göttliche Herkunft und über das, worauf sich die Erotik bezieht und worin ihr Wesen beruht, *von einer Frau*, die über eine besondere Kompetenz in Sachen „Liebe“ verfügt: *Diotima*. Wobei erstaunlich ist, dass er nicht durch das Erlernen bestimmter sexueller Praktiken

oder rhetorischer Überredungskünste in das Wesen der Liebe eingeführt wird, sondern einzig und allein dadurch, dass sie ihm „nüchtern“ das *wahre Wesen* der Liebe erläutert. Und zwar so überzeugend, dass er der *Evidenz ihrer Rede* („Logotherapie“) nicht mehr widerstehen kann. Besitzt diese doch eine solche *Überzeugungskraft*, dass ihr quasi *alle vernünftigen Menschen* vernünftigerweise ganz einfach zustimmen *müssen*. Erstaunlicherweise wird die Wahrheit über die Liebe im antiken Denken also dadurch offenbar, dass wir ihr *Wesen* argumentativ *zur Sprache bringen* und in der dialogischen Rede unter den Menschen öffentlich verbreiten. Es ist daher nicht an den Haaren herbeigezogen, zu behaupten, dass der platonische Dialog über die Liebe eine Art *Logotherapie* darstellt, in der es darum geht, einzelne Formen der Liebe zu besprechen und jene Form der Liebe als die „wahre“, richtige, maßgebliche und stimmige herauszufiltern, die dem *Wesen* der Liebe am nächsten kommt.

Wenn für Nietzsche nun aber gerade ein neues Geschlecht von PhilosophInnen Not tut, dessen *philosophische* Bestimmung darin liegt, neue, alternative Liebetechniken des philosophischen Eros zu erfinden, die im großen Stil über die Potenz verfügen, das Frauenzimmer „Wahrheit, Weisheit“ in Zukunft für sich zu gewinnen – was immer das bedeuten mag –, dann scheint es ratsam zu sein, sich zunächst an die *Fehlschläge* zu erinnern, die in den Eroberungsfeldzügen unserer abendländischen „Master-Minds“ von Aristoteles über die Scholastik und Neuzeit bis in unsere Gegenwart herein stattgefunden haben. Nicht aus einem historischen, sondern aus einem kulturtherapeutischen Interesse heraus. Denn die Geschichte des Verhältnisses von Lieben und Weisheit – die Geschichte der abendländischen Philosophie – soll im folgenden nicht bloß im Zeitraffer nacherzählt werden, um uns an unser philosophisches Erbe zu erinnern, sondern um zu vermeiden, dass das kommende Geschlecht von DenkerInnen *die* Fehlschläge unserer philosophischen Tradition einfach blindlings wiederholt – das heißt wieder und wieder, zum n-ten Male, bewusst oder unbewusst durch- und nachspielt.

Um diese kulturtherapeutische Praxis in Gang zu bringen, scheint vor allem eine *nachträgliche Durcharbeitung* der bislang maßgeblichen Philosophien der Liebe nötig. Eine Art philosophische Vergangenheitsbewältigung, in der es darum geht, fehlgeschlagene Liebesspiele zu analysieren, um sich konstruktiv neue Wege zu bahnen, die im Stande sind, die Wiederholung solcher Fehl-Leistungen in Zukunft zu verhindern. Ein „neues“ Bild des Denkens, das schon für Nietzsche das eines *Kulturtherapeuten* war und das ich im Anschluss an Martin Heidegger und Jacques Derrida als historische Aufgabe einer *De-konstruktion* der abendländischen Geistesgeschichte bezeichnen möchte. Als den Versuch also, die geschichtlichen Prägungen unserer abendländischen Geistesgeschichte im Zuge ihrer nachträglichen Erinnerung wenn nötig zu destruieren, um sie konstruktiv aus dem Rad sich konstant perpetuierender Wiederholungsmuster zu befreien. Eine Aufgabe, für die es keine Alternative gibt. Denn solange wir uns nicht aufmachen, die mäch-

tigen Kreise unserer eingespurten Vergangenheiten kulturtherapeutisch aufzustören, zu brechen und im Zuge dieses nachträglichen Aufbruchs nachträglich zu *rekontextualisieren*, werden wir *selbst* niemals *angefangen* haben, *eigentlich* ek-sistiert zu haben. Vielmehr werden wir dann ganz einfach *andere* wieder-holt und bloß nachgespielt haben. Nicht nur Papa und Mama, sondern gerade auch unsere historisch-habilitierten Über-Iche, die uns maßgeblich vorschreiben und vor-schreiben, wie wir uns selbst zu verstehen haben.

Cut.

Ende des Vorspiels.

Das antike Bild der Liebe

„Liebe. Das ist ein großes Wort“, heißt es in einem Stück von Neil LaBute (2002), das den Titel trägt *The Shape of Things, Das Maß der Dinge*. Das englische Wort „shape“ heißt wörtlich Form, Gestalt. Die Gestalt eines Dings ist das Gesicht, griechisch die Idea, die uns ein Ding zeigt, sobald es zur Welt kommt und sein körperliches Dasein damit eine materielle Form angenommen hat. Ein Sachverhalt, der für das griechische Denken erstaunlich ist. – Natürlich. Sie haben recht. Sicher nicht für jeden Griechen. Aber zumindest für jene Männer, die von den Griechen Philosophen genannt wurden. Männer, die in der kleinen Polis ihrer Stadtstaaten allmählich immer mehr Ansehen, Ruhm und Macht gewonnen haben, bis das öffentliche Interesse schließlich so groß an ihnen wurde, dass ihnen im Fall „Sokrates“ sogar der Prozess gemacht wurde. Denn während die Figur des „Denkers“ in anderen Kulturen eine bloße Randerscheinung darstellte, gehörte die Philosophie für die Griechen gerade zum Herzstück ihrer urbanen Polis. In den demokratisch organisierten Stadtstaaten, die, wie *wir* heute wissen, inzwischen zum planetarischen Vorbild aller Kulturen auf unserem Planeten geworden sind, scheint die Philosophie plötzlich eine Art gesellschaftliche Relevanz und Notwendigkeit zu bekommen, die bisher nur Priestern, Königen und Schriftgelehrten vorbehalten war. Denn je *mehr* Menschen quantitativ in den Diskurs über das, was wahr, gut und schön ist einbezogen werden, umso wichtiger scheinen offensichtlich die vernünftigen Argumente für die Privilegierung dieser oder jener Meinungen zu werden. Ein Grund, warum der deutsche Philosoph Jürgen Habermas im 20. Jahrhundert das Gespräch und den auf Argumente gegründeten Dialog als das entscheidende Kriterium demokratisch verfasster Staaten überhaupt ansehen konnte. Ganz im Sinne der platonisch inspirierten Tradition der Hermeneutik, Daseinsanalyse und Logotherapie, der gemäß die diskursiven, also sprachlichen Praktiken einer Gesellschaft der Libido allererst vor-schreiben und vor-sagen, welche Objekte ein Individuum als liebenswert, begehrenswert, schön und gut empfinden soll und tatsächlich wird.

Was ist für antike Philosophen nun so erstaunlich daran, dass alle Dinge, die zur Welt kommen, ein Gesicht besitzen, sobald sie zur Welt gebracht werden und damit eine materielle Gestalt, ein Eidos, eine Idea annehmen? Gibt es über-

haupt etwas Selbstverständlicheres als diesen Sachverhalt? – Wenn *ein Mensch* geboren wird, dann nimmt ein materieller Körper offensichtlich die Gestalt des Menschseins an. Wird hingegen der Same einer Blume befruchtet, dann wird kein Mensch, sondern offensichtlich die materielle Gestalt der entsprechenden Blume hervorgebracht. Die griechische Philosophie nennt das Prinzip, das a priori, also im Vorhinein die Grenzen dessen bestimmt, *was* bei einer konkreten Befruchtung eines bestimmten Samens hervorgebracht wird das *Formprinzip* eines Lebewesens: *The Shape of Things*. Denn immer bringt die Befruchtung eines menschlichen Samens eben einen konkreten Menschen, eines Blumen-samens eine Blume, die Begattung von Ameisen eben Ameisen hervor. Alles andere wäre ein Horror. Vor allem für die Frauen, die ja darauf vertrauen, dass ihrem schwangeren Schoß ein Mensch und nicht etwa ein Monster entschlüpfen wird. Nun werden wir im Zuge unserer Geburt aber nicht nur als Mensch *geboren*. Sondern einmal als Mensch geboren, *bleibt* man offensichtlich *zeitlebens* ein Mensch und stirbt auch als Mensch. Es sei denn, wir befinden uns im Reich der Träume, bei Alice im Wunderland oder in Kafkas Geschichten, an fabelhaften Orten also, die es plötzlich erlauben, dass sich Tiere in Menschen, Menschen in Götter, Götter in Monster, Monster in Tische und Käfer verwandeln. Während sich „the shape of things“ im Traum, in der Phantasie, in der Fiktion oder im Mythos ständig ändert, eine Form in eine andere Gestalt übergeht, ist solches in der wirklichen Welt und im realen Leben, wie man sagt, gerade nicht möglich. Einmal *als* Mensch geboren, bleibe ich bis zum Tod „Mensch“. Einmal *als* Ameise geboren, werde „ich“ auch *als* Ameise sterben. Denn das Formprinzip, das den Genen substantiell innewohnt – so haben schon die Griechen beobachtet – ändert sich im Laufe des Lebens gerade nicht. Die Substanz eines Lebewesen bleibt vielmehr zeitlebens konstant und liegt jedem *einzelnen, konkreten* Menschen daher als konstante „biogenetische“ Basis a priori zugrunde. Als unveränderliches Formprinzip individueller Körper macht die genetisch-biologische Gattungszugehörigkeit für Platon und Aristoteles konsequenterweise *die eigentliche Essenz* eines Lebewesens aus.

Im antiken Denken befinden sich die Ideen also primär gar nicht in den Köpfen der Menschen, sondern wohnen als „biologische“ Formprinzipien in der genetischen Erbsubstanz eines Lebewesens. So kann Arthur Schopenhauer noch im 19. Jahrhundert lehren, dass das *Wesen* der Dinge von ihren körperlichen Manifestationen unabhängig ist und die *Materie*, als *principium individuationis* vielmehr jenen Schleier der Maya darstellt, den es im philosophischen Ideenblick gerade zu zerschlagen gilt, um hinter den materiellen Körpern die unwandelbare Idee des Formprinzips, an dem sie teilhaben, zu erblicken.

Von diesem antiken Bild der Welt her bestimmen sich nun auch die Grenzen der antiken Liebe. Der Sinn der „wahren“, „gelungenen“ Liebe beruht aus der Perspektive eines solchen Kosmos darin, die allgemeine, göttliche Idee des Menschen zu erblicken und im konkreten Geschlechtsakt sexuell so zu stimulieren, dass sie dazu bewegt werden, ein

Lebewesen zu zeugen, dessen materielle Gestalt und seelischen Eigenschaften *der Idee* des gezeugten Lebewesens möglichst vollkommen entspricht. Je *vollkommener* die göttliche Idee des Menschen in einem Individuum re-präsentiert und in einem sinnlichen Körper individuell abgebildet und charakterisiert wird, umso schöner wird der Körper und die Seele des gezeugten Lebewesens sein und der sexuelle Geschlechtsakt damit seine Erfüllung in der materiellen Welt gefunden haben. Der *ideale* Mensch ist als materieller Ab-Glanz der göttlichen Idee des Menschen im Medium ihrer materiellen Erscheinung für die Griechen daher das *Inbild der Schönheit*. Denn in ihr, der schönen Gestalt schöner Seelen hat die Wahrheit selbst ein Gesicht bekommen, das die Blicke und Sinne der Menschen ganz von selbst an sich zieht, erotisch stimuliert und damit zum Objekt eines *allgemeinen Begehrens* macht, das nicht mehr bloß zufällig, sondern *allgemein* gefällt. Wer wendet sich nicht liebend gern, ja quasi automatisch, dem Anblick eines schönen Antlitzes zu?

In der Schönheit, ihrer allgemeinen Anziehung und stimulierenden Erotik, hat die ewige Idee des Menschen materiell Gestalt angenommen und ihre Kraft inmitten der Sinnlichkeit am Vollkommensten zur Entfaltung gebracht. Und so überrascht es nicht, dass Diotima die Frage des Sokrates, worin nun die wahre Liebe bestehe, ganz im Sinne dieses antiken Welt-Bilds mit folgenden Worten beantwortet. „So will ich es dir sagen, (...) Es ist dies die Zeugung im Schönen, sowohl nach dem Leib, als nach der Seele (...) Alle Menschen möchten nämlich Frucht tragen, Sokrates, an Leib und Seele, und wenn sie in eine gewisse Reife gekommen sind, dann verlangt unsere Natur zu zeugen. Im Hässlichen zu zeugen vermag sie aber nicht, sondern nur im Schönen.“ (Platon 1995, 155 f.)

Die Erotik der antiken Philosophie erfüllt sich im Erblicken jener göttlichen Ideen und Formprinzipien, die unsere Körper materiell kon-figurieren. In der Schönheit, die im Geschlechtsakt ins Werk gesetzt werden soll, werden *unsere Körper* daher am Vollkommensten *gemäß* der göttlichen Idee des Menschen abgebildet. Die Zeugung solcher, der göttlichen Idee des Menschen entsprechenden Körper und noblen Charaktere wird damit zum höchsten nationalen Interesse im Da-sein der griechischen Polis, das zur Gründung der Olympiaden und platonischen Akademien geführt haben wird. So kommen in der antiken Schönheit Sexus, Erotik und Liebe zu einer Art harmonischem Zusammenspiel. Der gelungene Geschlechtsakt bringt schöne Körper und Seelen hervor, die durch ihre Schönheit unsere Libido anziehen, binden und wach halten, so dass in diesem harmonischen Zusammenspiel von Sexus und Eros letztlich die Idee der Gottheit sinnlich erfahrbar und intuitiv für alle anschaulich und erstrebenswert geworden ist.

Das mittelalterliche Bild der Liebe

Der kardinale Angelpunkt, um den dieses erotische Bild des Denkens kreist, ist offensichtlich die antike Vorstellung von der Unveränderlichkeit und Beharrlichkeit der Ideen,

die dem steten Wandel der materiellen Welt zugrunde liegen und den materiellen Gestalten in dieser Welt ihre unwandelbare *Gestaltseinheit* geben.¹ Ein Ansatz, der im 20. Jahrhundert wieder entdeckt wurde und zur Entwicklung der Gestaltpsychologie geführt hat.

Trotz aller Nähe zur platonischen und aristotelischen Ideenlehre ist es nun aber genau diese Lehre von der *Unwandelbarkeit der „genetischen Substanz“*, an der ein Individuum kraft seiner Geburt teil hat, die im biblisch inspirierten Mittelalter *frag-würdig* wird. Denn in der christlich inspirierten Re-Lektüre antiker Philosophien treten nun vor allem zwei Problemhorizonte in den Vordergrund. *Einerseits* die Frage nach dem *principium individuationis*, das von Thomas von Aquin im Anschluss an Aristoteles als Materieprinzip und von Duns Scotus als Diesheit (*haecceitas*) interpretiert wird. Der Grund für diese Emphase liegt auf der Hand. Stellt die *Fleischwerdung* Gottes in Jesus Christus für den christlichen Glauben doch kein bloß akzidentielles, beiläufiges Ereignis im Heilsplan Gottes dar, sondern in der Liebestat seiner Fleischwerdung offenbart er uns allererst sein *Wesen*, nämlich ein Gott der Liebe, der Versöhnung und eines neuen Heilsversprechens zu sein. Nicht nur die Frage, wie Gott überhaupt Fleisch werden kann, wird jetzt zu einem wichtigen theologischen Problem der mittelalterlichen Philosophie, sondern auch die Frage, was diese Tat über die „Natur“, also den „Charakter“ Gottes aussagt.

Neben der Frage nach der *Materialität* Gottes erweckt aber auch die Frage nach der Möglichkeit einer *Transsubstantiation* des Menschen immer mehr das Interesse der biblisch inspirierten mittelalterlichen Philosophien. Wird nach christlicher Glaubenslehre im Akt der Fleischwerdung des „göttlichen Logos“ in Jesus Christus die *Erbschuld* des Menschen doch gerade getilgt und ein neuer, epochaler Bund zwischen Mensch und Gott gestiftet, das Neue Testament, der die völlige *Umschaffung* des alten, korrumpierten Adam verspricht. Als Bund, der von Gott her geschlossen wurde, besitzt dieses göttliche Versprechen für den Gläubigen per Definition die illokutionäre Kraft – also die Macht und göttliche Autorität –, das in diesem neuen Liebesbund zwischen Gott und Mensch Versprochene geschichtlich auch einzulösen und im Laufe der Zeit Wirklichkeit werden zu lassen: die Geburt eines *neuen Adam*, in dem der ganze Mensch durch das geheime Walten des göttlichen Wortes substantiell verwandelt, also wörtlich trans-substantiiert und damit neugeschaffen worden sein wird. Und zwar nicht nur im Geiste oder in der Seele, sondern leibhaftig, durch die Auferstehung eines neuen, von allem Leiden erlöst und befreiten, das heißt verklärten Leib. Erst in der Hervorbringung dieser neuen leibhaftigen Substanz wird der Bund des

neuen Testaments in der Tat verwirklicht und das göttliche Heilsversprechen an die Menschheit gänzlich erfüllt worden sein. Was für ein Versprechen!

Durch die mittelalterliche Lehre von der *Transsubstantiation* der ganzen menschlichen Natur, die vom Wort Gottes und seiner Fleischwerdung in Jesus Christus bewirkt wird, scheint die alte, antike Lehre von der ewigen, unveränderlichen Idee des Menschen ins Wanken zu kommen und in der christlichen Lesart der antiken Philosophen vom biblischen Glauben *dynamisiert* zu werden. Eine Lesart, die eine höchst explosive Sprengkraft besitzt. Denn der sexuelle Akt gipfelt nun in der Hervorbringung von Christenmenschen, in denen idealerweise die alte genetische Erblast des Menschen, der alte Adam, überwunden, *umgeschaffen* und so von seiner *Erblast* befreit wird, indem das Wort Gottes die Seele des einzelnen Individuums ergreift, um von ihr persönlich angenommen zu werden und durch das geheime Walten dieses göttlichen Versprechens im Seelengrund des gläubigen Christenmenschen re-generiert zu werden. Das Wort Gottes wird hier zum tragenden Grund für eine völlige Re-Konfiguration jenes korrumpierten Formprinzips, das den alten Adam in uns bestimmt und die Gestalt des Menschen *bisher* materiell maßgeblich vorkonfiguriert hat. Die *substantielle Verwandlung* der alten Erbsubstanz des Menschen in der Wandlung der Eucharistiefeier ist hier offenbar zum zentralen Anliegen einer neuen christlichen Transformationsgenetik geworden. Denn im Vollzug der *Agape*, der christlichen Gottes- und Nächstenliebe, stirbt der alte Adam in uns ab und wird jener neue Adam in uns geboren, den uns das Wort Gottes verkündet hat. In der *Ersetzung* des Einen durch den Anderen erweist, erfüllt und wiederholt sich daher der Sinn der *Fleischwerdung* Gottes in jedem einzelnen Individuum, damit im Zuge dieses allgemeinen Transformationsprozesses ein neuer individueller Mensch eines neuen Geschlechts entstehe.

Es ist nicht schwer zu sehen, dass das mittelalterliche Bild von einem „neuen Adam“, der geschaffen werden muss, im Laufe der Neuzeit zwar immer mehr an kirchlicher Autorität verliert, seine libidinöse Attraktionskraft aber nicht einbüßt, sondern ins Politische verschiebt. Denn offensichtlich taucht der biblische Glaube an die Notwendigkeit der *Transsubstantiation* des bisherigen Menschentums und der damit Hand in Hand gehenden Notwendigkeit der Erschaffung eines „neuen Menschentums“ im neuzeitlichen Denken auf der Kulisse politischen und neuerdings biopolitischen Gedankenguts säkular verschoben wieder auf. Wie sonst ließen sich die politischen Forderungen nach einem neuen Menschentum erklären, die das politische Denken der Neuzeit mehr und mehr zu dominieren beginnen und schließlich

¹ In einer „genialen“ Sprachwendung kann Aristoteles daher sagen, dass das Formprinzip, das einer genetischen Substanz innewohnt, *das to ti en einai* eines Lebewesens ist. Wörtlich heißt *to ti en einai* das, was schon war (*to ti en*) – sein (*einai*). Die genetische Erbsubstanz war schon, noch bevor ich selbst war. Sobald sie aber sexuell stimuliert wird und ich damit als ein konkretes Lebewesen dieser Gattung geboren werde, habe ich das, was ich schon war, noch bevor ich war, nun plötzlich selbst zu sein. Noch Hegel wird in seiner berühmten Einleitung zur *Phänomenologie des Geistes* daher sagen, dass das Wesen des Lebendigen darin beruht, die genetische Substanz eines Lebewesens in ein Subjekt zu über-setzen, in dem sie nicht nur materiell dargestellt wird, sondern im Falle des Menschen im Selbstbewusstsein des gezeugten Lebewesens in ihrem An-sich-sein gespiegelt und damit von ihm selbst (für-sich) erschlossen werden kann. Der Mensch ist für Hegel folglich jenes Lebewesen, dessen Einzigartigkeit darin beruht, dass er seine genetische Substanz nicht nur *darstellt*, also *naiv „ist“*, sondern in der Schädelstätte seines Selbstbewusstseins auch zu re-flektieren vermag und sich daher *qua Subjekt* zu seiner eigenen Substantialität existenzanalytisch gesprochen auch noch *verhalten kann*.

in der kommunistischen, maoistischen oder nationalsozialistischen Forderung nach der Schaffung eines neuen Menschen gipfeln? Dieser soll nun nicht mehr durch die *Agape*, die transformierende Macht des biblischen Wortes gezeitigt werden, sondern durch ein strategisches, planmäßiges Handeln bewirkt werden, das der Aufzucht roter, gelber oder brauner Helden dient, die als Avantgarde planetarischer Weltrevolutionen die Vorhut dieses neuen Menschentums darstellen und ihm zum planetarischen Durchbruch verhelfen sollen. Wieder einmal *dient* der sexuelle Geschlechtsakt nicht der Hervorbringung des gezeugten Individuums als *eines Zwecks an sich selbst*, wie Kant im Anschluss an die aristotelische Philosophie der Freundschaft den *personalen* Charakter des Menschen (Formgrund) zu charakterisieren pflegte, sondern dem einzelnen konkreten Individuum kommt erst durch die Teilhabe an der Idee einer planetarischen Weltrevolution Wert und Würde zu. Erst aus der *Liebe* zum Vaterland, zur arischen Rasse und ihrer Höherentwicklung oder durch die Partizipation an der kommunistischen oder maoistischen Weltrevolution empfängt das Begehren des einzelnen Menschen hier seine libidinöse Sinneinbindung, die nun massenmedial propagiert und in globalen Werbe- und Propagandaschlachten festgesetzt und für alle *verbindlich* fixiert werden muss. Die Sprache der Liebe zu solchen revolutionären Idealen spricht nun nicht mehr die Sprache des platonisch-demokratischen Dialogs oder die Sprache der biblischen Verkündigung. Die Sprache einer so gearteten *Liebe zum Vaterland* und *seinen Idealen* spricht nun vielmehr die *Sprache der Werbung*, durch deren Propaganda die Libido der Menschen massenhaft gebunden und dazu *animiert* werden soll, sich dem Sinnentwurf einer dieser Geschichtsentwürfe *rigoros* zu unterwerfen (sub-iectum), um im Zuge seiner rigorosen Befolgung jene historisch-materielle Entwicklung zu entfachen und zu realisieren, die einst ein neues Menschengeschlecht *generiert* haben wird. Erst durch die „kat-holische“ (griechisch: gänzliche) Unterordnung des einzelnen Individuums unter ein *ideales Ziel*, das dem Individuum erst seine Würde und einen *unbedingten* Sinn *verleiht*, erfüllt der Mensch in diesem Bild der Welt seine historische Berufung. Eine ungeheuerliche Art des Lebens, in der nicht nur die *individuellen Ziele* einem allgemeinen welthistorischen Geschehen untergeordnet werden, sondern auch durch gezielte, breit angelegte Attacken jene „parasitären“ Kräfte geschwächt, ja schließlich vernichtet werden sollen, die der Realisation dieses unbedingten Ziels im Wege stehen.

Was uns diese *totalitäre Form des Liebens* enthüllt, wird erst von Freud deutlich zur Sprache gebracht worden sein: Dass die Libido nämlich grundsätzlich ein „free floating signifier“ ist, eine frei fließende Energie, deren Objektbesetzung nicht a priori vorgegeben und fixiert, sondern vor allem durch diskursive, sprachliche Praktiken reguliert und auf ein bestimmtes reales oder ideelles Objekt hin fixiert werden kann. Auch in diesen „Politiken eines neuartigen Menschentums“ geht es offensichtlich um die „kat-holische“ *Transsubstantiation* des bisherigen Menschen. Jetzt aber in aufgeklärter Manier durch das rationale fixie-

ren libidinöser Bindungen, in denen die ideelle Richtung, diskursive Fixierung und Besetzung des zu begehrenden Liebesobjekts unter Anwendung neuester Technologien effektiv wirksam gemacht werden soll, um der inhärenten Macht und Gewalt eines solchen Geschichtsentwurfs planetarisch zum Durchbruch zu verhelfen. Wenn nötig auch unter Anwendung von Gewalt, um die Gewalt dieses gewaltigen und oft gewalttätigen Versprechens nachträglich ins Recht zu setzen und a posteriori zu legitimieren.

Liebe, das ist ein großes Wort, heißt es in dem Stück von Neil LaBute, das den Titel trägt *The Shape of Things, Das Maß der Dinge*. Und als solche ist sie auch verhänglich. Gefährlich verhänglich. Gewalttätig und tyrannisch.

Das bürgerliche Bild der Liebe

Doch die zwiespältigen Gesichter der Liebe, die das alte und neue Europa epochal gezeitigt hat, sind noch um einige Typen reicher. Nicht nur die antike Liebe zur Schönheit, die spirituelle Liebe zur Transsubstantiation des ganzen Menschen und die faschistoiden Formen totalitärer Liebestrukturen zeitigen sich als epochale Bilder der Liebe im neuen und alten Europa. In der Neuzeit bildet sich auch jenes bürgerlich-humanistische Bild von der Liebe heraus, das in der Entdeckung der *singulären Einzigartigkeit* und *unteilbaren Würde* der konkreten menschlichen *Person* das primäre Merkmal und Anzeichen einer bürgerlich verstandenen Liebe sieht. Nicht mehr *der Mensch* und *die Menschheit überhaupt*, nicht mehr eine *allgemeine* Form und Idee des Menschseins überhaupt steht jetzt im Zentrum dieses neuzeitlichen Humanismus, sondern *dieser eine Mensch* da: Ich, Du und all die anderen, die uns umgeben und ebenfalls „Ich“ und „Du“ zu sich und den andern sagen können. Jeder einzelne Mensch stellt jetzt an und für sich selbst Kraft seiner Geburt (*natio*) einen *unbedingten Wert* dar, der nicht veräußert werden kann, da er nicht an ein Ideal, einen Glauben oder sonst ein welthistorisches Projekt gebunden ist, das dem Individuum allererst seine Würde *geben* und *verleihen* müsste. – Als ob ein Mensch nicht schon dadurch, *dass* er geboren wird, ein Recht auf Leben erworben hätte.

Während es für das antike, spirituelle und faschistoide Verständnis der Liebe noch möglich war, von *der* Liebe in der Einzahl als einem allgemeinen, universellen, kosmischen Prinzip zu sprechen, das alle unterschiedlichen Formen der Liebe prinzipiell einigt und untereinander in ein klar geregeltes (begriffliches) Verhältnis zueinander setzt, das in der hierarchisierenden Idee einer „wahren“ Form der Liebe kulminiert, wird die Philosophie der Liebe in der Neuzeit durch das aufkeimende Bürgertum *anthropologisiert* und zu einer *intimen* Form *personaler Ich-Du* Beziehungen uminterpretiert, die überhaupt *keinem eindeutigen* Schema und Begriff mehr *gehörten*, sondern nur noch *literarisch*, in *exemplarischen* Liebesgeschichten erzählt, später auch *filmisch* dargestellt werden können. Ein Paradox der bürgerlichen Geschichte. Denn je mehr die Menschenrechte und das Recht auf „Liebe“ eingefordert wird, umso mehr zeigt sich, dass der Mensch und seine Ausgestaltungen, ganz besonders

aber die *individuellen Formen* der Liebe bei weitem ihren *allgemeinen* Begriff transzendieren und an Reichtum „unendlich“ übertreffen.

Ein Sachverhalt, den Montaigne auf den Punkt bringt, wenn er von seiner Liebe zu Étienne de la Boétie schreibt: „Wenn man mich drängt zu sagen, warum ich Étienne de la Boétie liebte, fühle ich, dass nur eine Antwort dies ausdrücken kann: ‚Weil er er war, weil ich ich war.‘“ (1999, 91) Montaigne beginnt hier typisch „modern“ zu lieben. Sein humanistisches Bild von der Liebe ist für ihn *primär* ein Phänomen *zwischenmenschlicher* Beziehungen geworden. Eine Form der *Intimität*, in der *personale* Beziehungen auf dem Spiel stehen. Ich - Du, Du - Ich, Wir, die anderen etc. Unter Liebe wird jetzt *primär* nicht mehr die Zeugung eines Lebewesens verstanden, das ein a priori vorgegebenes Ideal möglichst adäquat zur materiellen Darstellung bringen soll – das antike Ideal vollkommener Schönheit, das katholische Ideal eines transsubstantiierten Christenmenschen oder das politische Ideal eines roten, gelben oder braunen Helden. Montaigne sieht den entscheidenden Grund seiner Liebe zu Étienne nun vielmehr darin, dass sie sich beide in ihrer *Einzigartigkeit* erkennen und darin wechselseitig für „schön, gut und wahr“ befinden. *Wahre* Liebe findet für Montaigne dann, und nur noch dann statt, wenn sich die beiden Liebenden in ihrer jeweiligen *Singularität und Unvertretbarkeit* erkennen und wechselseitig *affirmieren*. „Wenn man mich drängt zu sagen, warum ich Étienne... liebte, fühle ich, dass nur eine Antwort dies ausdrücken kann: ‚Weil er er war, weil ich ich war.‘“ Die *vollendete* Liebe (teleopoiesis) zweier Menschen zueinander ist für ihn nicht mehr *irgendeine* zwischenmenschliche Beziehung zwischen Herrn oder Frau x, y, z, sondern dasjenige Verhältnis von Mensch zu Mensch, von Individuum zu Individuum, von Person zu Person, ja sogar von Singularität zu Singularität, in der sich gerade die *Einzigartigkeit* des jeweiligen Menschen *wechselseitig offenbart* und die Liebesgeschichte der beiden damit selbst als *einzigartiges Ereignis* einer Liebesgeschichte zu zeitigen beginnt, die auf ihre je eigene Art eben unvergleichlich, unersetzbar ist.

Die Liebe ist jetzt zu einem *intimen* Verhältnis von *Singles* geworden, das sich „vor“ dem Gesetz abspielt. Denn das Gesetz kann seiner formalen Struktur nach immer nur das Allgemeine setzen, so dass die Liebe durch die Satzung von Gesetzen notwendig *normiert* wird. Das *intime Gesetz* der *bürgerlichen* Liebe beruht aber schon bei Montaigne darin, dass sich die „wahre“ Liebe per se jedem Gesetz und jeder Normierung entzieht und daher „vor“, diesseits oder jenseits jeglicher Normierungsansprüche steht. Gerade die bürgerliche Liebe ist notwendig *unkonventionell*, soll sie selbst *authentisch* vollzogen werden. Denn als ein Geschehen, das die Einzigartigkeit jedes einzelnen Individuums *entdeckt*, steht die Liebe dem Schlachtruf der Aufklärung nach Gleichheit nun sogar diametral entgegen und erweist sich daher zum Beispiel für Kant als eine Gewalt, der jedes Mitspracherecht im Zuge der bürgerlichen Gesetzgebung vernünftigerweise verweigert werden muss. Denn als libidinöse Kraft, die „vor“ und „gegen“ jede gesetzliche Nor-

mierung spricht, ist sie für das öffentliche Staats- und Gemeinwesen nicht nur irrelevant, sondern sogar gefährlich. Rückt die intime, personale Liebesbeziehung die Liebenden doch gerade aus der anonymen Gleichheit und gattungsmäßigen Einförmigkeit aller Menschen untereinander heraus.

Montaigne liebt also nicht mehr „den Menschen“ in Étienne, das Ideal, die Idee oder ein erst zu realisierendes Menschentum, dem er entsprechen soll oder in seiner sinnlichen Erscheinung perfekt entspricht, sondern eben gerade die *Einmaligkeit und Unvergleichlichkeit* dieses *Individuums*. Verstehen wir uns selbst aus diesem *hypermodernen Bild* der Liebe, dann werden auch wir in Zukunft mit Montaigne und Étienne de la Boétie unsere Liebesgeschichten als intimes Spiel zweier *Singles* aufführen, deren Verhältnis zueinander solange stimmt, solange sie sich wechselseitig *als einzigartig* empfinden, schätzen und anerkennen, und damit aus der Masse anonymer, namenloser Beziehungen abheben.

Die Sprache, die eine solche Liebesbeziehung zwischen zwei Singularitäten fordert, ist offensichtlich die eines intimen Idiolekts – eine Art Kosesprache, persönliche Geheimsprache –, die nur die beiden Liebenden entziffern können und im Geheimen miteinander teilen und austauschen. Immer im Wissen darum, dass sie es gegenseitig mit vertraulichen *Eigennamen* zu tun haben. Mit Étienne, Paul, Mary, Isabel oder vielleicht Jacques, um nur einige von ihnen hier namentlich zu nennen. Selbst die persönliche Pflege der kranken Geliebten hat *ihren entscheidenden Grund* nun darin, dass der Geliebte in diesem Akt der Liebe der Anonymität eines sterilen Krankenhauses entrissen wird und in der Anwesenheit des Liebenden weiterhin eine Singularität bleiben darf und zu keiner anonymen Nummer oder Variable im Rechenbetrieb anonymer Großinstitutionen werden muss. Beispiele, durch die klar wird, dass sich die *bürgerliche* Liebesform immer schon auf dem Hintergrund einer kalten, anonym gewordenen Weltmaschine abspielt, der die Liebenden entfliehen, indem sie sich in ein *intimes Verhältnis* zueinander retten, das sich „vor“ dem Gesetz abspielt und daher auch nicht an die Tabus und Konventionen der bürgerlichen Gesetzgebung halten muss, die dieses Gesetz öffentlich vorschreibt. In seinem Hyperion kann Hölderlin daher schreiben. „Ich hab es Einmal gesehn, das einzige, das meine Seele suchte, und die Vollendung, die wir über die Sterne hinaus entfernen, die wir hinausschieben bis ans Ende der Zeit, die hab ich gegenwärtig gefühlt. Es war da, das Höchste, in diesem Kreise der Menschennatur und der Dinge war es da!... Und du, du hast mir den Weg gewiesen! Mit dir begann ich. Sie sind der Worte nicht wert, die Tage, da, ich noch dich nicht kannte. – O Diotima; Diotima, himmlisches Wesen!... Was sind Jahrhunderte gegen den Augenblick, wo zwei Wesen so sich ahnen und nahn... Ach! Es war alles geheiligt und verschönert durch ihre Gegenwart. Wohin ich sah, was ich berührte,... alles war in geheimem Bunde mit ihr.“ (1984, 76 f.)

Alle hypermodernen Singles lieben in diesem Sinne romantisch. Ihre Liebesgeschichten legitimieren sich nicht mehr aus der Befolgung bestimmter Normen, Gesetze, Vor-

schriften oder der Verwirklichung von Idealen, sondern finden vielmehr im Aufbrechen normierender Schranken auf die Enthüllung jener *intimen Wünsche* und Tabus hin statt, die in der Liebesgeschichte zur Verlautbarung drängen und im Vertrauen auf- und ineinander gegenseitig „geoutet“ werden.

Das poststrukturalistische Bild der Liebe

Was lernen wir aus der kulturtherapeutischen Durcharbeitung von solchen Welt-Bildern, die uns im Laufe unserer abendländischen Tradition auf prägnante Art und Weise heimgesucht haben und auch heute noch paradigmatisch vor-schreiben und vor-sagen, was wir unter „der“ Liebe verstehen und wie sie von uns paradigmatisch vollzogen werden soll.

Zunächst einmal die Einsicht in die Vielfalt der sedimentierten Bilder der Liebe, auf die wir dabei stoßen. Bilder, die offensichtlich weder auf ein einheitliches noch auf ein maßgebliches Bild von „der wahren“ Liebe eingeengt werden können. Denn jeder Jargon der Eigentlichkeit würde offensichtlich eine Hierarchie in die Vielfalt dieser Bilder der Liebe einziehen, in der eines dieser Bilder zum *eigentlichen, wahren* oder *authentischen* Bild der Liebe hochstilisiert würde, nicht ohne dabei alle andere Bilder zu uneigentlichen, unvollkommeneren, falschen Bildern der Liebe zu degradieren und damit hierarchisch um ein paradigmatisches Urbild herum kreisen zu lassen.

Im poststrukturalistischen Bild der Liebe, in dem wir heute maßgeblich leben, werden die mannigfaltigen Formen der Liebe daher aus guten Gründen nicht mehr auf ein einheitliches Telos hin organisiert, sondern *nebeneinander* zugelassen. Wobei auch dieses wechselseitige Gewähren-Lassen der Anderen in ihrer Andersheit seine Gefahren und Tücken birgt. Steht eine solche „liberale“ Umgangsform untereinander doch ständig in der Gefahr, die *Anteilnahme* aneinander in ein *interesseloses* Nebeneinander zu verkehren, in dem die Gleichgültigkeit zur bestimmenden Kraft zwischenmenschlicher Beziehungen geworden ist.

Um dieser neoliberalen Gefahr entgegenzutreten, gilt es im poststrukturalistischen Bild der Liebe – und vielleicht kann auch die Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse in Zukunft ein solcher poststrukturalistischer Ort werden –, einerseits eine möglichst *vielfältige* Pluralität solcher Bilder *nebeneinander* zuzulassen, andererseits aber dafür Sorge zu tragen, dass dieses „bunte“ Nebeneinander gerade nicht in eine *indifferente Gleichgültigkeit* aneinander umschlägt. Vielleicht, dass die therapeutische Praxis dann zu jenem Nachtlied werden kann, in dem die *unvordenklichen* Bilder der Liebe in ihrer *einzigartigen Tonalität* zur Verlautbarung kommen dürfen.

„Nacht ist es: nun reden lauter alle springenden Brunnen. Und auch meine Seele ist ein springender Brunnen.

Nacht ist es: nun erst erwachen alle Lieder der Liebenden. Und auch meine Seele ist das Lied eines Liebenden.

Ein Ungestilltes, Unstillbares ist in mir; das will laut wer-

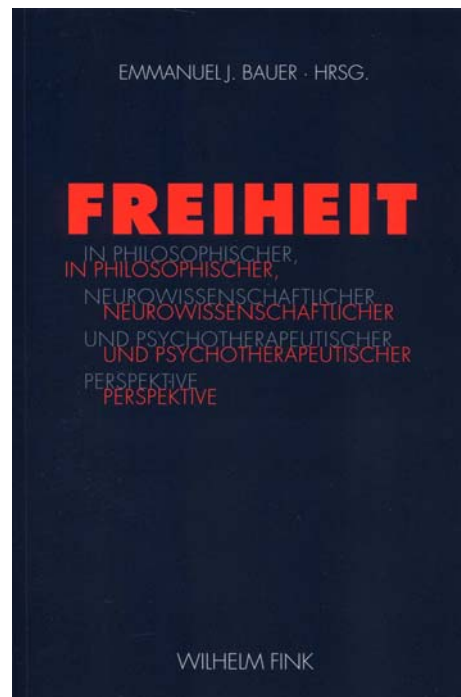
den. Eine Begierde nach Liebe ist in mir, die redet selber die Sprache der Liebe.“

Friedrich Nietzsche (1980b, 136)

Literatur

- De Montaigne M (1999) Über die Freundschaft. In: Eichel K-D (Hg) Philosophie der Freundschaft. Leipzig
 Hölderlin F (1984) Hyperion. Sämtliche Werke, Band 2. Darmstadt
 La Bute N (2002) Liebe. Das ist ein großes Wort. Rowohlt
 Nietzsche F (1980a) Jenseits von Gut und Böse. In: Colli G, Montinori M (Hg) Sämtliche Werke, Band 5. München, Berlin, New York
 Nietzsche F (1980b) Also sprach Zarathustra. In: Colli G, Montinori M (Hg) Sämtliche Werke, Band 5. München, Berlin, New York
 Platon (1995) Klassische Dialoge. München

Anschrift des Verfassers:
 Univ.Doz. Dr. Arno Boehler
 Pfeilgasse 8/38
 A-1080 Wien
 arno.boehler@univie.ac.at



Emmanuel J. Bauer (Hrsg.)

Freiheit

in philosophischer, neurowissenschaftlicher und psychotherapeutischer Perspektive

Wilhelm Fink Verlag, München 2007

E. Bauer (Univ.-Prof. für Philosophie in Salzburg und existenzanalytischer Psychotherapeut) greift in diesem Band die aktuelle Debatte um Freiheit und Person mit Beiträgen aus unterschiedlichen Fachrichtungen (u.a. von A. Längle, G. Pöltner, R. Thurnher, W. Schüssler) auf.

Verliebtsein und Begehren im therapeutischen Setting

Lilo Tutsch

Erotische und sexuelle Gefühle, erotisch und sexuell geleitete Impulse und gesteuertes Verhalten sind Phänomene, die im therapeutischen Setting ubiquitär sind und dennoch häufig tabuisiert (vor allem hinsichtlich der Gefühle des Therapeuten), reduziert (auf eine Übertragungsliebe beispielsweise) oder auch hypertrophiert werden (alle Patienten verlieben sich in ihre Therapeuten).

Im Beitrag wird auf Phänomene, in denen sich Eros im therapeutischen Setting zeigt – oder verbirgt – eingegangen, werden diesbezügliche (damit verbundene) Einstellungen und Beweggründe reflektiert sowie Impulse zum Umgang mit Verliebtsein und Begehren in therapeutischen Beziehungen gegeben.

Schlüsselwörter: Begehren im therapeutischen Setting, Erotik, Selbsterfahrung, Sexualität, Verliebtheit

Erotic and sexual feelings, erotically and sexually oriented impulses and behaviour are ubiquitous phenomena in therapeutic settings, but nevertheless frequently taboo (foremost with regard to the therapist), reduced (e.g. to a transferred love) or hypertrophied (all patients fall in love with their therapists), reduced (e.g. to a transferred love) or hypertrophied (all patients fall in love with their therapists).

The article is about phenomena showing - or hiding - erotic feelings in therapeutic settings, related attitudes and motives are reflected on, and impulses are given on how to deal with being in love and desire in therapeutic relationships.

Key words: being in love, desire in therapeutic settings, erotic feelings, self-experience, sexuality,

Schauen wir in die therapeutische Beziehung und versuchen wir zu beschreiben, was darauf hinweisen kann, dass Eros mit im Setting sitzt.

„**Keine**‘ Anzeichen oder **‘Eros als Agape’ verkleidet**“ finden wir in unbewussten oder derart geäußerten Therapeutenmeinungen wie: „Ich kann mir nicht vorstellen, mich in einen Patienten zu verlieben.“; „Kenne ich nicht, kommt bei mir nicht vor.“; „Therapeuten können aufgrund ihrer Selbsterfahrung solche Gefühle kontrollieren und zurückstellen.“; „Dass sich Patienten in ihre Therapeuten verlieben, gehört zu ihrer Entwicklung in der Therapie und hat mit der Person der Therapeuten nichts zu tun.“ Auch das Nichtvorkommen oder Meiden von Themen wie Sexualität oder Erotik im therapeutischen Gespräch oder die allzu schnelle „Vertiefung“ und Bearbeitung auf einer allgemeinen Beziehungsebene dürfen skeptisch betrachtet werden. Ebenso zeugt das mangelnde Bewusstsein, einem Mann/einer Frau gegenüber zu sitzen, vermutlich nicht nur von Abstinenz und abgeklärter Neutralität des Therapeuten; solche Sicht- und Vorgehensweisen sprechen meist ebenso wenig von einer besonders ausgeprägten Professionalität oder Reife des Therapeuten, wie sie kein Zeugnis von der Unattraktivität der handelnden Personen sind. Desgleichen führen eine erfüllte Beziehung und Sexualität mitnichten zu solch einer Nicht-

wahrnehmung. Eher können wir daraus Verleugnung, jedenfalls aber mangelnde Offenheit und Berührungsangst diesen Themen bzw. dem damit verbundenen Erleben gegenüber wahrnehmen.

Die ausgrenzende Haltung ist vermutlich die „gefährlichste“ Art, mit Erotik und Sexualität im therapeutischen Geschehen – nicht – umzugehen. Sie ist ein Coping mit einer dergestalteten Angst, die aufkommende Gefühle und Gedanken schon vor der Bewusstheitsschranke zensuriert und Eros damit „verwahrlost und unbeaufsichtigt“ durch das Beziehungsfeld streuen lässt.

Sollten Therapeuten die eingangs erwähnten Überzeugungen und Haltungen kennen (und vermutlich kennt jeder Therapeut etwas davon), geht es darum, die Wahrnehmung zu sensibilisieren. Vielleicht ist dies nur Übungssache, und es geht ganz leicht, wenn man sich als Therapeut in der nächsten Therapiestunde einmal bewusst fragt, was diese Frau/dieser Mann mit einem als Mann/als Frau macht. Oft geht es aber nicht so leicht, Haltungen und Überzeugungen wahrzunehmen, ihnen nachzuspüren und sie kritisch zu reflektieren, denn Haltungen sind bekanntlich meist eingefräst und neuronal stabil verschaltet. Um sie zu lösen, bedarf es der Reflexion und des Dialoges mit den eigenen Erfahrungen zum Thema und den daraus entstandenen „abwehrenden Strukturen“, den blinden Flecken, Haltungen, Prinzipien und Einstellun-

gen, ... Und wohlgerne, dies hat man nicht durch Selbsterfahrung ein für allemal erworben.

Eine vielleicht etwas provokante Bemerkung liegt mir zu dieser ausgrenzenden Haltung am Herzen: Haben Sie sich schon einmal überlegt, dass die Ausgrenzung der Wahrnehmung der Geschlechtlichkeit aus dem therapeutischen Setting für das Gegenüber nicht nur Sicherheit bedeuten kann, sondern gleichermaßen verletzend sein kann? Wie erleben Sie sich, wenn der andere es nicht einmal grundsätzlich als möglich erachten würde, sich zu verlieben? (Selbst – vielleicht gerade – Opfer sexuellen Missbrauchs brauchen nicht den geschlechtslosen Therapeuten, sondern die Sicherheit, dass sie nicht missbraucht werden *trotz* ihrer Attraktivität oder ihrem vielleicht sogar verführerischen Verhalten und *obwohl* der Therapeut dies wahrnimmt.)

„**Feine, kleine Hinweise auf Eros**“ finden wir in Verhaltensweisen, die noch keinen bewussten Zusammenhang mit der Person des anderen erkennen lassen oder auf der Gefühlsebene noch gar nicht fassbar sind: das Verfliegen der nachmittäglichen Therapeutenmüdigkeit, wenn er/sie kommt; die *besondere* Freude auf diese Stunde; die übereifrige Beschäftigung mit den Problemen des Patienten; erstaunliches Entgegenkommen in der Terminvereinbarung; das Vergessen, die Stunde zu verrechnen; freundlicherer Umgang als üblich mit nicht abgesagten Stunden; der schnelle Blick in den Spiegel, der außertourlich aufgetragene Lippenstift, das unangenehme Bewusstsein, dass die getragene Kleidung die Figur nicht gerade am vorteilhaftesten herausbringt; ein zufällig und spontan auftauchendes Gefühl, dass man sich mal wieder mehr um sein Äußeres kümmern sollte; ein höherer Bewusstseinsgrad die eigene Weiblichkeit/Männlichkeit bzw. die Körperlichkeit ganz allgemein betreffend, wie z. B. ein „genüssliches“ Übereinanderschlagen der Beine, der Impuls zu einem wohligen Sichräkeln ... Inhaltlich findet man dies vielleicht in dem Hang, Beziehungsthemen vorwiegend in der sexuellen Dimension zu behandeln, in gesteigerter Nachsichtigkeit bis hin zur Bagatellisierung oder Verleugnung der Pathologie des Patienten ... Flirtstimmung und gelöste Heiterkeit sind weitere „feine, kleine“ Anzeichen dafür, dass Eros mit im Setting sitzt.

Derlei gilt es zu bemerken und es ernst zu nehmen, sowie der Leichtigkeit und Beschwingtheit dieser Phänomene das Gewicht der ernsthaften Beachtung und Betrachtung ange-deihen zu lassen.

„**Eros gibt sich zu erkennen**“: Deutliche Hinweise finden wir dort, wo erotische, sexuelle Gefühle oder Phantasien in der Therapiestunde oder in Träumen auftreten, wenn der Körper des Gegenübers oder Teile desselben so anziehend oder stimulierend sind, dass die Konzentration auf die gemeinsame Thematik und der Dialog schwierig werden. Verstohlene Blicke auf Busen, Beine, Po, den muskulösen Oberkörper, die männlichen Hüften, das faszinierende Gesicht, die lässig-selbstverständlichen Bewegungen, die sexy Ausstrahlung. Oder wenn außerhalb der Stunden innere Dialoge mit dem anderen geführt werden, wenn ein „durchge-

rutschtes' Du“ passiert, und das Engagement sich in eine „personal coaching“-Variante wandelt...

Jetzt ist es hoch an der Zeit, nicht nur zu bemerken und ernst zu nehmen, was da passiert, sondern zu verstehen und zu differenzieren, woraus dieses Erleben stammt und was es bewegt: Ist es der andere in seiner Attraktivität, ist es die eigene Bedürftigkeit, ist es „Triebhochstand“ oder Beziehungsnotstand, Selbstwertmangel, Übertragung kindlicher Nähebedürfnisse, Sendungsbewusstsein, Helfersyndrom...? Oder sind es nicht thematisierte erotische Gefühle oder sexuelle Phantasien des Gegenübers, die in uns spürbar werden? Oder ist es Liebe?

Wenn „Eros beginnt, die Therapie zu übernehmen“: Dies ist dann der Fall, wenn „zufällige“ körperliche Berührungen inszeniert werden, wenn Impulse, den anderen zu berühren, nicht kontrolliert werden können, wenn Überlegungen, eine sexuelle Beziehung einzugehen, in Form von Rationalisierungen wie „es ist zum Wohl des Patienten“, „es ist das Natürlichste auf der Welt“, „er/sie will es so sehr, er/sie verführt mich“, „es wird sie/ihn heilen“... auftreten, ohne dass sie in Frage gestellt und einer Bearbeitung mit einem Supervisor zugeführt werden. Wer solche Gedanken – wenn auch nur aus Angst oder Scham – für sich behält, gerät nicht nur in Gefahr zu missbrauchen, sondern missbraucht bereits. Denn aus ihnen spricht nicht die ernsthafte Auseinandersetzung mit den Gefühlen für eine Person, sondern sprechen unbearbeitete Eigenanteile, vielleicht sogar eine Störung. Und kein Therapeut sollte jetzt sagen: Das könnte mir nie passieren!

An dieser Stelle möchte ich auf ein eminent wichtiges *Selbsterfahrungsthema* hinweisen: *Verstehe* ich wirklich, weshalb sexuelle Beziehungen zu Klienten und Patienten nicht sein sollen, weshalb sie schaden können? Oder ist es in mir nur als Ethikrichtlinie oder als Über-Ich-Verbot etabliert, habe ich es also gelernt und doch nicht verstanden? Dieses Verstehen, das mehr ist als ein Erklären, kann nur in der Auseinandersetzung mit dem Thema und im Dialog mit sich und anderen gefunden werden.

Ich habe nun einige Phänomene beschrieben, die möglicherweise geeignet sind zu erkennen, ob und wie Eros mit im therapeutischen Setting „sitzt“. Sie sollen zur Offenheit anregen, die Wahrnehmung schärfen, den Mut stärken, den Gefühlen und Impulsen nachzugehen und zu prüfen helfen, ob eine möglicherweise auftretende Verliebtheit den anderen meint – ob sie also ein Du intendiert – oder ob der andere das Objekt der Verliebtheit ist – die Liebe also egozentriert ist, man „für sich“ liebt oder begehrt. Denn erst aus einer solch sorgfältigen Auseinandersetzung mit diesem Thema kann eine authentische, also für den Therapeuten *und* den Patienten passende Stellungnahme und eine Antwort im Sinne eines angemessenen und wertschätzenden Umgangs damit erwachsen. Wenngleich ich die Phänomene mehr aus der Eigenwahrnehmung von Therapeuten beschrieben habe, gelten sie doch gleichermaßen für den Patienten, denn wir unterscheiden uns ja nicht grundsätzlich. Meist zeigen sie sich lediglich

bei Patienten offener und unmittelbarer, denn der Patient ist nicht an Abstinenz oder Ethikrichtlinien gebunden und muss sich auch nicht von vornherein mit der Frage des unbewussten Agierens beschäftigen. Und auch der Umgang damit – das Wahrnehmen, Aufnehmen, Ernstnehmen, Verstehen, Stellungnehmen und das Damit-Umgehen – ist hier wie dort ident, so dass wir dem Vorgang des Dialoges mit sich auch die Vorgangsweise in der Therapie entnehmen bzw. daraus ableiten können. Darüber hinaus glaube ich, dass ein guter, ehrlicher Umgang des/der Therapeuten/in mit den eigenen Gefühlen der Verliebtheit und des Begehrens, dem Patienten – jenseits aller Thematisierung – über die Identifizierung mit dem Therapeuten das Zulassen und Arbeiten an *seinem* Verliebtsein und Begehren erleichtert.

Wechseln wir nun die Seite und schauen auf den Klienten/Patienten, so unterscheiden sich diese Phänomene wohl kaum. Doch scheint es so zu sein, dass sich Patienten häufiger in ihre Therapeuten verlieben als umgekehrt.

Dies hat m. E. nicht nur damit zu tun, dass Therapeuten i. A. besser in der Lage sind hinzuschauen, aufzunehmen, was auftaucht, sich damit auseinanderzusetzen, sich zu distanzieren, Stellung zu nehmen, sich auszukennen in ihrer Lebensgeschichte, also ich-stärker oder personaler sind als ihre Patienten, die ja gerade deswegen eine Therapie aufsuchen, um sich darin weiterzuentwickeln, sondern es liegt wohl vorwiegend im Ungleichgewicht des therapeutischen Settings begründet. Der Patient kommt mit seinen Problemen und Schwächen und zeigt alles oder zumindest vieles davon – der Therapeut kommt mit seinen Fähigkeiten, mit Problemen und Schwächen fertig zu werden, und zeigt nichts oder wenig von sich und seinen Problemen. So ist es verständlich, dass der Therapeut begehrenswert erscheint und Patienten ihren Therapeuten zumeist idealisieren. Es ist also auch die Macht der vermeintlichen Vollkommenheit, die erotisiert. Darüber hinaus impliziert die therapeutische Situation die Gefahr, „jede Regung des Therapeuten“ auf sich zu beziehen, Zugewandtheit und persönliche Worte in ihrer Bedeutung zu überhöhen oder im Lichte der eigenen Verliebtheit zu interpretieren. Zudem begünstigen die Vertrautheit und Intimität des therapeutischen Settings, sowie das Angenommen- und Geachtetsein „trotz allem“, ebenso wie die Nähe und Zuwendung, die Empathie und Ernsthaftigkeit der Auseinandersetzung, wie auch das Verständnis des Therapeuten, begünstigt also all dies eine Atmosphäre, die Wünsche – kindliche wie erwachsene – nach Nähe und optimaler Beziehung nicht nur aufkommen, sondern auch wachsen lassen. Dies alles wiederum begünstigt die Verliebtheit. Ist doch der Therapeut oft vieles für den Patienten: Gute Eltern, Dialogpartner, Gegenüber für die besten Gespräche, Partner für Neuerfahrungen in Beziehungen etc. So wird verständlich, warum die Quote zum Thema bei Patienten vermutlich höher liegt als bei den Therapeuten. Trotzdem oder gerade deshalb geht es im Umgang mit der Verliebtheit des Patienten darum, nicht nur diese Hintergründe und die Übertragungen der unerfüllten Wünsche zu erhellen und zu bearbeiten, sondern die Person, die da liebt, zu sehen und ernst zu nehmen.

Ein Fallbeispiel

Nach der Beschreibung von Phänomenen und den Anregungen für einen Umgang mit ihnen möchte ich nun anhand eines Beispiels aus der therapeutischen Praxis zeigen, wozu ein Nichteingeständnis oder die Nichtthematisierung erotischer und sexueller Gefühle in der Therapie verführt und was dabei auf der Strecke bleiben kann. Das Beispiel ist auszugsweise Yaloms Buch „Die Liebe und ihr Henker“ (Yalom, 1999) entnommen und mit Erfahrungen aus der eigenen Praxis ergänzt sowie mit zusätzlichen eigenen Kommentaren versehen.

Die Geschichte handelt von Sally und ihrem Therapeuten Marc.

Sally: Vor vier Jahren begann ich eine Therapie mit Marc. Er war der bei weitem beste Therapeut, den ich je hatte. Mit der Zeit fühlte ich mich immer mehr zu ihm hingezogen und wartete in freudiger Erregung auf die Therapiesitzungen. Nie zuvor war ich einem Menschen gegenüber so offen. Nie zuvor war ein Therapeut so absolut ehrlich, so direkt und so einfühlsam. Ich war überzeugt, dass er sich wirklich um mich sorgte und mich wirklich akzeptierte. (vgl. ebd., 28)

Unsere Sitzungen waren mehr und mehr von einem partnerschaftlichen Umgang miteinander gekennzeichnet, und ich wagte kaum zu bemerken, dass auch Marc unsere Sitzungen genoss. Er war alles für mich, und ich tat alles, um die beste und begehrenswerteste Patientin zu sein.

Irgendwann fasste ich mir ein Herz und gestand ihm meine Liebe. Marc nahm es empathisch und verständnisvoll auf. Er meinte, dies passiere in einer Therapie häufig, und wir würden gemeinsam schauen, was aus meiner Lebensgeschichte und meiner zugegebenermaßen äußerst tristen Lebenssituation diese Verliebtheit aufkommen ließ und belebte.

Sally war schon jahrelang in Therapie, bevor sie zu Marc kam, und dabei immer wieder an die Grenzen der therapeutischen Arbeit bzw. ihrer Entwicklungsmöglichkeiten gestoßen. Marc war in seiner begegnungsintensiven Art, mit Patienten umzugehen für Sally eine große Hoffnung, doch noch von ihren lebenslang wiederkehrenden Depressionen loszukommen.

Sallys Lebensgeschichte hatte einen tragischen Zug: Nach einem viel versprechenden Start als Tänzerin brach nach einem Unfall ihr beruflicher Erfolg ab. Sally kam damit nicht zurecht und in weiterer Folge auch nicht wieder richtig auf die Beine. Einst eine strahlende Schönheit stellten sich nun zunehmend Zeichen des Alterns ein. Sally fühlte sich mit jeder Falte, die sie an ihrem Körper entdeckte, mit ihrem unentfalteten Leben konfrontiert und verstärkte ihr Bemühen, das früher empfundene gute Lebensgefühl wiederzuerlangen, anstatt ihr Sosein anzunehmen.

Diese Flucht vor dem Alter schien *einer* der Gründe für Sallys Liebesobsession zu sein. Marc war gut zwanzig Jahre jünger und damit geeignet, ihr durch seine Zuwendung und vermeintliche Verliebtheit die Illusion fortwährender Jugend zu erhalten.

Die Bearbeitung der von Sally nicht angenommenen Veränderungen in ihrem Leben war ein zentraler Punkt für die therapeutische Arbeit.

Sallys Unfähigkeit in der Annahme ihrer Lebensgegebenheiten und ihrer selbst hatte freilich seine Ursachen in ihrer Kindheit: nicht beachtet in ihren Bedürfnissen, aber idealisiert in ihrer Schönheit durch den Vater, ungewärmt von ihrer leidenden, depressiven, in sich verfangenen Mutter, setzte sie diese frühen Erfahrungen in ihrem weiteren Leben fort: Härtestes Training, um in ihrem Beruf zum Erfolg zu kommen, fixierte sie in einer Einseitigkeit ihres Alltags, der keinen Raum für Beziehungen, andere Interessen oder ihre Bedürfnisse ließ. Auch Harry, den Sally aus für sie mittlerweile kaum noch nachvollziehbaren Gründen geheiratet hatte, spielte in ihrem Leben offensichtlich nur als Stabilisator eine Rolle. So verlor sich Sally immer mehr an ein Bild von einem guten Leben. Sally hatte in Marc ihre Sehnsucht nach Leben und Lebendigkeit personifiziert: Jugend, Zugewandtheit, Aufmerksamkeit, Wertschätzung, Akzeptanz und Zuversicht im Umgang mit dem Leben. Sallys Liebe zu Marc bezog sicherlich einen großen Teil ihrer Kraft aus der Verarmung ihrer Existenz. (vgl. ebd., 38) Die an sich zu begrüßende Identifizierung mit Marc im Dienst ihrer Entwicklung erreichte auch ihre tiefe Sehnsucht, als Frau geliebt und geschätzt zu werden. Dass daraus eine Verliebtheit, ja ein Begehren wurde, war in diesem Falle eine verständliche, ja zu erwartende Nebenerscheinung, zumal Marc auch ausgesprochen attraktiv war.

Marc hatte in der Therapie sehr sensibel, sorgfältig und ernst die Übertragungen aufgegriffen, um eine Klärung der therapeutischen Beziehung herbeizuführen. Es schien ihm wichtig, dass die Patientin wieder lieben lerne. Er versuchte, ihr deutlich zu machen, dass er so etwas wie ein Auslöser in diesem Geschehen sei. Doch er bewirkte das Gegenteil: Sally verstärkte ihre Bemühungen, rief Marc außerhalb der Therapiezeiten an, drängte nach Aussprachen, hatte massive Einbrüche in ihrem psychischen Befinden, sprach von Selbstmordgedanken und erlebte ihr ganzes Leben als sinnlos und verfehlt ..., denn: in seinem Umgang mit ihr fehlte etwas Wesentliches ...

Sally: Was Marc ansprach, war irgendwie nachvollziehbar, aber es berührte mich nicht wirklich. Ich wollte etwas anderes wissen – etwas ganz Normales, wie ich meinte: Wie siehst du mich als Frau, was empfindest du für mich wirklich, ist dein Interesse für mich ehrlich gemeint, hast du mich jemals als Frau betrachtet? ... Doch Marc meinte, das wäre nicht das Thema, und im therapeutischen Setting ginge es weder darum zu hören, was der Therapeut empfinde, noch überhaupt um die Möglichkeit einer privaten Beziehung – das wäre im Berufskodex eindeutig geregelt –, sondern lediglich darum, dass ich mich mit meinen Gefühlen und Themen auseinandersetzte. Aber alle diese Fragen beschäftigten mich so sehr, und auch meine Gefühle waren nicht bereit, sich an ihre früheren Verursacher zurückschicken zu lassen, ich wollte um jeden Preis mit Marc über uns sprechen...

Marc geriet mehr und mehr in die Enge, er fühlte sich bedrängt, bisweilen auch verfolgt, gefühlsmäßig hin und her gerissen zwischen Wut und Mitleid, wobei die Wut mehr und mehr Überhand bekam und sich nur durch das Verständnis der Pathologie der Patientin einigermaßen im Zaum halten ließ.

Zugegebenermaßen war Sallys Obsession beeindruckend und zeigte beinahe wahnhafte Züge:

Sally: Ich erwarte ja nicht, dass Marc mich liebt, aber ich wäre schon zufrieden, wenn er meine Anwesenheit auf diesem Planeten überhaupt noch zur Kenntnis nehmen würde. Wenn er nur fünf Minuten mit mir sprechen würde, wenn ich ihn anrufe, wenn er mich fragen würde, wie es mir geht und mir zeigen würde, dass ich ihm nicht gleichgültig bin, wäre ich glücklich.

Es ist erschütternd, wenn sie sich vorstellen, dass eine erwachsene Frau ernsthaft meint, dass ein Gespräch von fünf Minuten sie heilen würde. Wie illusionär, welche Selbsttäuschung, die ihre Wurzeln wirklich nur in einer tragischen Vernachlässigung in ihrer Kindheit haben konnte. Ob solcher Heftigkeit schlug Marc Sally vor, ihre Therapie mit einem anderen Therapeuten fortzusetzen, um die verfahrenere Situation damit einer Bearbeitung zugänglich zu machen.

Doch neben den Gründen für Sallys Liebe, die aus den Entbehrungen in ihrer Lebensgeschichte und den aktuellen Gegebenheiten herrührte, muss auch Marcs Verhalten kritisch unter die Lupe genommen werden: Marc hatte wohl in einem gewissen Ausmaß Sally auch für seine eigenen Bedürfnisse ausgenutzt – sie hatte ihn verehrt, ihm durch ihre Fortschritte das Gefühl gegeben, ein phantastischer Therapeut zu sein. Ein wenig mangelte es ihm auch selber an gelungenen tieferen Beziehungen, Marc war der Sunnyboy, der mit seinen Schattenseiten wenig aus sich heraustretet. Auch Schuldgefühle über seine Zuneigung zu Sally spielten eine Rolle – Marc empfand Sally als attraktiv, ihre Aufbruchstimmung ins Leben, ihr Mut und ihre Bereitschaft, sich endlich aus ihren Fixierungen zu lösen, was sie ja so lange verweigert hatte, ließen sie aufblühen und brachten viel von ihrer einstigen Schönheit zurück. Marc hatte sich diese Gefühle nicht wirklich eingestanden, sondern war mit den vollen Segeln ihrer Übertragungsliebe zu ihm darüber hinweggegangen. Seine Gefühle wie auch die Verliebtheit der Patientin in *ihn* waren störende Steine auf dem glatten Weg zum Therapieerfolg. So blieben seine Gefühle vor ihm verborgen und Sallys Verliebtheit im Diffusen. Marc war vorsichtig in seinen Formulierungen hinsichtlich der Thematisierung ihrer Beziehung, übernahm die „Andeutungssprache“ der Patientin etc. Marcs uneingeständenes Bestreben bestand daher in der Auflösung der Verliebtheit der Patientin, und dieses Bestreben führte – vermeintlich paradoxerweise – zu einer Verstärkung von Sallys Obsession, führte wohl zu einer Einsicht in nicht unwichtige Zusammenhänge, brachte aber keine Entlastung geschweige denn Lösung, – ganz im Gegenteil...

Was fehlte?

Fragen wir am besten Sally: „Sally, was könnte Sie aus dieser Fixierung lösen, was könnte Ihnen helfen, Marc zu lassen? Wenn er jetzt hier wäre, was müsste er sagen?“

Sally: Ich habe oft darüber nachgedacht ... ich werde versuchen, es zu formulieren. Er sollte sagen:

„Sally, ich bin gekommen, weil ich mich gerne an unsere gemeinsame Arbeit erinnere. Dieses Geben und Nehmen, die Entdeckungsreisen in deine Geschichte, in deine Verletzung-

gen, aber auch in deine Qualitäten und Begabungen haben mir immer viel Freude bereitet, ich hatte Freude an deinem Wachsen und Werden. Auch unsere gemeinsamen Scherze über deine beschissenen Gewohnheiten habe ich in guter Erinnerung. Ich habe dir nie etwas vorgemacht. Du bist ein Mensch, mit dem ich mir vorstellen kann, befreundet zu sein, und eine Frau, die ich attraktiv finde, auch wenn es von meiner Seite her keine Gefühle über diese freundschaftlichen hinaus gibt – ich dich also nicht körperlich, nicht sexuell begehre. In der Vertrautheit unserer Arbeit habe ich wohl auch die Erotik des Momentes gespürt, aber ich habe mich genau geprüft, ob diese Gefühle auf mehr als unsere therapeutische Beziehung hinweisen. Vielleicht war es ein Fehler von mir, dir so vertraut und offen, – ja partnerschaftlich – gegenüberzutreten, ich habe damit möglicherweise deine Hoffnung auf mehr genährt. Es ist mir wichtig zu erfahren, wie du es erlebt hast. Aber solltest du es als Täuschung oder Unbedachtheit oder gar Verführung erlebt haben, so möchte ich dir sagen, dass es mir Leid tut, ich wollte dir nicht weh tun, dazu bist du mir zu wertvoll.

Sicherlich hast du mich mit deinen Anruftbombardements und Wünschen nach Aussprache sehr wütend gemacht, ich bat dich, sie zu unterlassen, aber du hast dich darüber hinweggesetzt. Am liebsten hätte ich dich angeschrien und dir gesagt, dass das deiner nicht würdig sei und du mich damit in die Flucht triebest. Aber das schien mir für einen Therapeuten nicht richtig, – und aufgrund deiner Lebensgeschichte und den damit verbundenen Verletzungen, deinen Depressionen, auch deines Suizidversuches, bevor du zu mir kamst, wusste ich, dass ich meine Worte vorsichtig wählen musste. Deshalb schien es mir besser, wenn du mit einem neutralen Dritten diese Geschichte bearbeiten könntest, denn wir waren beide in einer Enge.“

Nun können wir Sally fragen: „Sally, wenn Marc so zu Ihnen gesprochen hätte – was ist es, was Ihnen dabei wesentlich gewesen wäre?“

Sally: „Ich weiß, dass alle diese Geschichte nur als Schwärmerei oder als einen typischen Fall einer Übertragung abtun würden. Jeder verliebt sich in seinen Therapeuten – ich kann es direkt hören. Oder sie nennen es Gegenübertragung, wenn der Therapeut in seinem Erleben die Wünsche des Patienten aufnimmt, und Agieren, wenn sein Verhalten davon beeinflusst wird. Oder sie sagen, Marc hätte an mir seine persönlichen Probleme ausagiert.

Ich will ganz offen sein: Das tut mir weh. Es ist so, als ob ich gar nicht zählen würde, als wäre ich Zuschauer in einem Stück, das jeder mit seiner Mutter austrägt. Damit bagatellisiert man unsere Beziehung, nimmt ihr die Tiefe und macht sie zu einem ‚Nichts‘. Und aus diesem Nichts heraus kann ich nicht annehmen, einsehen oder bearbeiten, was daran Vergangenheit, eigene Schwäche oder Problematik ist.

Hätte Marc so offen gesprochen, selbst wenn er anderes gesagt hätte, denn was ich hier gesagt habe, ist möglicherweise von meinen Wünschen gefärbt, dann wäre die Tatsache, dass unsere Beziehung auf das Therapeutische beschränkt blieb und meine Liebe nicht erwidert wurde, zwar ein großer Schmerz gewesen, aber es hätte MICH nicht verletzt.

Vielleicht hätte gerade meine Liebe geholfen, Marc zu lassen und mich zu lösen.“

Sallys Botschaft spricht für sich und macht uns hoffentlich nachdenklich. Sie sagt uns, dass vor jeder Bearbeitung der Einflüsse aus Vergangenheit und aktuellen Gegebenheiten das Aufnehmen, das Annehmen und der ehrliche Dialog mit den aufkommenden Gefühlen, Impulsen und Gedanken steht und dass das Ansprechen und Aussprechen dessen – sei es im therapeutischen Setting, im kollegialen Gespräch oder in der Supervision – das In-die-Sprache-Heben, die Grundlage für (die) Lösung von den Übertragungsgefühlen und dem Dialog der Person ist. Denn erst dort, wo die Person des anderen ernst genommen und geachtet wird, wo sie Raum und Verständnis bekommt so, wie sie empfindet, ist es möglich, mit ihr gemeinsam die Themen und Dynamiken, die in dieses Erleben mit einfließen, zu erforschen und zu bearbeiten. Ansonsten führt es nicht nur zum Widerstand, zum Übertragungsagieren, sondern zu Scham und erneuter Verletzung der Person.

Literatur

Yalom I (1999) Die Liebe und ihr Henker. München: Goldmann, 3°

*Anschrift der Verfasserin:
Dr. Lilo Tutsch
Einwanggasse 23/11, 1140 Wien
lilo.tutsch@existenzanalyse.org*

Zum Glück braucht der Mensch Sinn Glückssuche und Sinnstreben in der Lebenspraxis

**Herbstsymposium der GLE-Ö
Bregenz, 26.-28. September 2008**

Information

GLE-Ö, Einwangg. 23/11, 1140 Wien
Tel.: 01/897 43 39; gle-oe@existenzanalyse.org

Erotik und Sexualität in der therapeutischen Beziehung

Ines Kolbe

Beziehung und im engeren Sinne Erotik und Sexualität sind Themen, die Patienten in die Therapie einbringen, wenn sie damit Probleme haben und Hilfe suchen. Psychotherapeuten (im Folgenden wird das generische Maskulinum verwendet) haben die Aufgabe, mit ihren Patienten in einer Weise zu arbeiten, so dass ein Gesundwerden ermöglicht werden kann. In diesem Artikel wird auf einem psychoanalytischen Hintergrund gezeigt, welche Schwierigkeiten im Horizont dieser Themenkontexte in der Therapie auftreten können und welche Möglichkeiten es gibt, mit ihnen umzugehen.

Schlüsselwörter: Beziehung, Erotik, psychoanalytischer Hintergrund, Sexualität, Therapie

Relationship and, more particularly, eroticism and sexuality are topics that patients raise in therapy if they have problems with them and seek help. Psychotherapists have the task of working with their patients in a way that makes healing possible. This article shows against a psychoanalytical background the problems that may arise in therapy in the context of these topics and various possibilities of dealing with them.

Key words: eroticism, psychoanalytical background, relationship, sexuality, therapy

Erotik und Sexualität, Verliebtheit oder Liebe sind großartige, aufregende, spannende, erregende und reizvolle Widerfahrnisse. Viele Menschen suchen sich einen Therapeuten, um Probleme, die sie mit der Liebe haben, zu bearbeiten und zu bewältigen. Das Leiden, glückliche Gemeinsamkeit nur konflikthaft oder gar nicht erleben zu können, und die Sehnsucht, dass es anders und besser werden soll, ist die eine Seite. Auf der anderen Seite sind die Therapeuten, halten sich bereit und offen, zu schauen, zu begleiten, zu stützen, aufzudecken. Und brisant für beide Seiten gleichermaßen ist das Beisammensein in der Psychotherapie: von den äußeren Bedingungen her eine sehr einladende Möglichkeit, miteinander zu tätigen Formen des Liebeslebens zu kommen. Da sind Raum und Zeit: man verabredet Termine, man möchte nicht gestört werden, und es ist möglich, eine starke emotionale Beziehung aufzubauen.

Diese einladende Möglichkeit stellt eine Schwierigkeit dar. Sie kann zur Versuchung und zur Verführung des Therapeuten und des Patienten geraten, etwas zu tun oder zu agieren, wovon man ja eigentlich nur sprechen soll oder will. Wo hört die therapeutische Beziehung auf, und wo beginnt die Liebesbeziehung? Welchen Unterschied gibt es zur privaten, intimen Liebesbeziehung? Wie sieht die Grenze aus? Wie kann eine Grenze eingehalten werden, wenn man nicht genau weiß, wo sie ist? Gibt es eine absolute Grenze?

Ich wage, es so zu formulieren: Die Grenze ist da, wo wir aufhören, mit dem Patienten die Problematik zu bearbeiten und anfangen, selber tätig zu werden. Letztlich trägt jeder Therapeut die Verantwortung: Wo hört bei ihm die Bearbeitung auf,

und wo beginnt er, involviert und verstrickt zu sein, so dass er sich nicht mehr herausnehmen kann? Der Patient muss sich auf die Wahrung der Intimitätsdistanz verlassen können, denn er kommt in die Therapie, weil er z.B. möglicherweise seine Grenze nicht spürt oder nicht „Nein“ sagen kann oder sich schuldig fühlt, wenn er Eigenes wagt.

Dennoch, es ist einfacher gesagt als getan: Die Grenze ist so schwer zu wahren, weil es um intensivste Gefühle geht. Es widerstrebt, vernünftig zu sein und Grenzen einhalten zu wollen. Eros sucht immer die beglückende Gemeinsamkeit. Er kann uns überwältigen und bezaubern, uns wohl und stark fühlen lassen. Das ist es, was wir uns wünschen.

Aber warum ist es notwendig, in der Therapie die Wahrung einer Distanz hinsichtlich der Intimität des Therapeuten und des Patienten einhalten zu wollen oder zu müssen?

Vielleicht ist es am leichtesten zu verstehen, wenn man sich die Beziehung zwischen Eltern und ihren Kindern vorstellt. Das ist eine einzigartige, sehr persönliche, dichte und sicher auch zärtliche Beziehung. Zur gleichen Zeit gibt es aber eine grundlegende Barriere gegen sexuelle Verwicklung. Es geht darum, die Inzestschranke zu wahren, sonst würde die Beziehung zu einer ungeheuren Belastung und Bedrohung geraten.

Das Gleiche gilt für die Beziehung zwischen Therapeuten und Patienten. Einerseits kann es ganz Dichtes und Anziehendes zwischen Beiden geben. Andererseits gilt es, die Intimitätsdistanz zu wahren.

Wenn eine gewisse Distanz nicht sicher ist, kommt es zu

einer Konstellation, die ebenso belastet ist wie die inzestuöse Beziehung in der Familie. Der Therapeut ist nicht nur ein Mann, sondern der Mann an Vaters statt, der Nachreifungsprozesse begleitet, der dafür Sorge trägt, dass die unbewältigten Probleme bearbeitet werden.

Der Patient tritt nun mit seiner erfahrungsbedingten Haltung, den neurotischen Anteilen auf der einen Seite, und mit seinen Wünschen und der Sehnsucht nach beglückender Gemeinsamkeit auf der anderen Seite mit dem Therapeuten in Beziehung.

In der Therapie, davon kann man nun ausgehen, kehren typische Erfahrungen wieder – Erfahrungen, die Wunden, unbewältigte Konflikte oder Schuld hinterlassen haben. Verführen oder Verführtwerden, Verlassenwerden, Eifersüchtigkeit, Rivalisieren, Verschwören, Triumph über den Rivalen, Ausgeschlossenheit, Enttäuschtsein, Gekränktsein und Wut wiederholen sich in irgendeiner Art und Weise.

Machen wir etwas in der Therapie falsch, wenn Themen, wie z.B. Verführen, an Bedeutung gewinnen, wenn sie sich in unserer Beziehung zu unserem Patienten abbilden? Ließe sich das nicht irgendwie vermeiden? Auch möglichst wenig tun oder das „richtige“ Setting einhalten, könnte das wiederholende Agieren nicht verhindern. Vermeidung wäre gar nicht sinnvoll, denn in der Wiederholung liegt die Chance, das Problematische zu bearbeiten und etwas zu verändern, so dass nicht zeitlebens das Leiden, das Schwierige immer wiederkehren muss. Jede Therapie ist ein Versuch, abgewiesene, unerwiderte, verletzte, missbrauchte, missverstandene Liebe zu befreien. Vorsicht und Gewissenhaftigkeit sind deshalb angezeigt, weil wir niemals ungeschützt gegen den Kummer sind, als wenn wir lieben, niemals hilfloser unglücklich, als wenn wir Liebe verloren haben.

Es ist wichtig und gehört zu den Aufgaben des Therapeuten, seine Patienten in ihrer sexuellen Identität anzuerkennen. Es bedeutet, zeigen zu können, dass man berührt ist – von der Schönheit, der Anziehung. Das kann schwierig und konfliktuell werden, wenn der Therapeut sein eigenes Begehren spürt. Das Brisante und Schwierige in unserer therapeutischen Arbeit ist, dass wir selbst mit unseren Gefühlen beteiligt sind, was unabdingbar für diesen Beruf ist. Es ist gewissermaßen unser Instrumentarium. Hinzu kommt: Wir haben ebenfalls unsere Erfahrungen und Verletzungen, unsere Sehnsüchte, und es kann sein, dass unsererseits ungelöste Probleme von Patienten beiderlei Geschlechts und unabhängig vom Alter – auch von Kindern, das wird häufig unterschätzt – aktiviert werden können. Das stellt dann eine Schwierigkeit, eine Komplikation dar, die nicht leicht zu lösen ist, denn der Therapeut sollte zeigen können, dass er sich vor seinem eigenen Begehren nicht fürchtet, er der Versuchung nicht nachgibt und beide sich deshalb sicher sein können, dass es keine Verletzung des Inzest-Tabus geben wird (vgl. Krutzenbichler, Essers 1991, 172).

Produktiv therapeutisch arbeiten ist dann möglich – und es mag paradox erscheinen –, wenn Intimität im Schutze zuverlässiger und verantwortlicher Zurückhaltung gewagt werden kann. Wenn Patienten spüren, dass sie sich nicht sicher sein können, ob ihr Therapeut doch verführbar ist, werden sie aus Angst manches an Nähe und an Gefühlen nicht wagen. Oder aber sie verführen ihren Therapeuten tatsächlich und wiederholen damit ihr Trauma.

I. Sexualität in den Anfängen der Psychotherapie

Wie wurde in den Anfängen der Psychotherapie mit Erotik und Sexualität in der therapeutischen Beziehung umgegangen?

Intime Kontakte zwischen Therapeuten und Patienten hat es immer schon gegeben. Es waren keine Einzelfälle und nicht erst Auswüchse der jüngeren Zeit. Am bekanntesten sind sicher die Beziehungen von Josef Breuer zu Bertha Pappenheim, von C.G. Jung zu Sabina Spielrein und Antonia Wolff oder von Ferenczi mit Gizella und Elma Palos (Mutter und Tochter). Als Frau ist Frieda Reichmann bekannt, die eine Beziehung zu ihrem Analysanden aufnahm. Sie heiratete den zehn Jahre jüngeren Erich Fromm. Diesen Namen wären noch etliche weitere hinzuzufügen (vgl. Krutzenbichler, Essers 1991, 104ff.)

Es ist interessant, wie schwer es offenbar war, die damals aufklärende Theorie der Psychoanalyse auf sich selber anzuwenden. Freud hatte eigentlich vor, C.G. Jung später zu seinem Nachfolger zu benennen. Als er von Jungs intimer Beziehung zu Sabina Spielrein erfuhr, war das ein Schock für Freud. Die Psychoanalyse hatte es schon schwer genug, Anerkennung zu bekommen. Wenn dies bekannt würde, befürchtete Freud einen schweren Rückschlag. So versuchte er, dieses Geschehen zunächst nicht so schwerwiegend zu bewerten, und er fand einen Begriff dafür. Der Terminus *technicus* lautete „Gegenübertragung“ und meinte damit die Gefühle des Analytikers. Freud schrieb einen Aufsatz über die Gegenübertragung, der geheim gehalten werden sollte. Er durfte nur in Abschriften unter seinen Schülern zirkulieren. Darin forderte er als Ausweg eine Haltung der Abstinenz. Diese Abstinenzforderung hatte Folgen.

Die amerikanische Behandlungstechnik, die nach 1950 in Deutschland übernommen wurde, grenzte an Inhumanität. Die „Neutralitäts-Anonymität-Chirurgen-Spiegel-Forderung“ beinhaltete, nichts anderes tun zu dürfen als zu deuten. Da nicht immer etwas einfiel, was Deutung genannt werden durfte, waren die Analytiker zu langen, qualvollen Schweigephasen gezwungen (vgl. Cremerius 1988, 187).

„Diese sich scheinbar ausschließende Gegensatzlichkeit von strengster, unnahbarer Abstinenz als Über-Ich-bestimmte Standardhaltung des Analytikers einerseits und sexuellen Beziehungen mit Analysandinnen andererseits in jenen Jahren sind lediglich zwei Seiten ein und derselben Medaille. Denn die Angst vor den Liebeswünschen der Analysandin und das Verleugnen des eigenen sexuellen Begehrens, was beides durch eine per Dekret erlassene Haltung in Schach gehalten werden muss, provozieren Entgleisungen geradezu.“ (Krutzenbichler, Essers 1991, 106)

II. Vier problematische Wege zum Umgang mit Liebe in der Therapie

Es ist die schöne und schwere Aufgabe des Therapeuten, mit der Liebe seiner Patienten in entwicklungsförderlicher Weise umzugehen. Was tun, wenn ein Patient sich verliebt hat und mehr oder weniger direkt vom Therapeuten wissen will: „Lieben Sie mich?“ Was sagt der Therapeut, wenn er den Patienten

ten liebt? Was sagt der Therapeut, wenn er den Patienten nicht liebt?

Im Folgenden möchte ich vier Wege ausführen, wie damit umgegangen werden kann, und was meines Erachtens dabei problematisch ist.

Erster Weg: Verzichten

Dem Patienten deutlich zu machen, dass er auf seine Liebe verzichten muss, dass sie nicht hierher in die Therapie gehört, würde bedeuten, sinnlos und auch nicht psychotherapeutisch zu arbeiten. Ein Zitat von Freud hierzu: „Es wäre nicht anders, als wollte man einen Geist aus der Unterwelt zum Aufsteigen zwingen, um ihn dann ungefragt wieder hinunterzuschicken. Man hätte dann ja das Verdrängte nur zum Bewusstsein gerufen, um es erschreckt von neuem zu verdrängen. Auch über den Erfolg eines solchen Vorgehens braucht man sich nicht zu täuschen. Gegen Leidenschaften richtet man mit sublimen Reaktionsarten bekanntlich wenig aus.“ (Freud 1960, 223) Der Aufruf zum Verzicht würde bedeuten, nicht in die Bearbeitung zu gehen.

Zweiter Weg: Ablenken

Der Therapeut könnte die Verliebtheit auf ihre falsche Verknüpfung fokussieren, d.h. der Patient meint gar nicht ihn. Er soll einsehen, dass die Verliebtheit ganz anderen Personen gilt (vgl. Körner 1989, 8).

Dies würde bedeuten, den Patienten nicht wirklich ernst zu nehmen. Die dem Therapeuten in der Therapie entgegengebrachte Liebe ist nicht eine bloße Wiederholung. Auch wenn auf infantile Erlebnisse und Konflikte zurückgegriffen wird, unternimmt der Patient unübersehbar einen ernst gemeinten, der realen Person seines Therapeuten geltenden Beziehungsversuch (vgl. ebd. 1989, 3).

Dritter Weg: Erfüllen

Soll der Therapeut nun die Liebe erwidern, damit der Patient endlich einmal eine andere Erfahrung machen kann? „Ich bin anders als seine Mutter. Ich werde ihn besser lieben. Ich werde diese Fehler nicht machen.“ Könnte der Patient daran gesunden? Wenn dies so wäre, würde der Therapeut seinen Patienten an sich und seine Person binden, weil er sich selbst zur Quelle der Erfüllung macht.

Wichtig ist aber das Zutrauen des Therapeuten, dass der Patient außerhalb der Therapie gute und beglückende Erfahrungen machen kann und nicht nur auf den Therapeuten angewiesen ist. Es kommt darauf an, dem Patienten dazu zu verhelfen, immer wieder sein Glück woanders zu suchen und zu finden. Der Therapeut hat sich vor Augen zu halten, dass er nur das Mittel zur Wahrheitsfindung des Anderen, nie aber dessen Lebensziel sein kann.

Und: Wenn der Therapeut seine Aufgabe so versteht, die Liebe zu geben, würde die therapeutische Hilfeleistung zur käuflichen Liebe geraten. Wo ein Therapeut meint, der bessere oder sehnsuchtserfüllende Mensch zu sein, übersieht er seine eigene narzisstische Befriedigung. Er missbraucht somit unter Umständen die Bedürftigkeit des Patienten für sein eigenes Gleichgewicht.

Vierter Weg: Theoretisieren

Sicher gibt es auch diagnostische und therapeutische Befreiungsschläge, die dem Therapeuten helfen sollen, sich den Patienten vom Leibe (von der Liebe) zu halten. Zum Beispiel in der Selbstpsychologie von Kohut mit der Haltung der „triebentleerten Empathie“ und den „Selbst-Objekt-Konstruktionen“. Überhaupt gehören hier alle Termini bzw. Deckwörter hinein, die verschleiern, dass es sich um tiefe menschliche Gefühle und Beziehungen handelt. So wird gerne gesagt, der Patient liefere „Material“ oder es werde an „inneren Objekten“ oder – für die Existenzanalyse – an den „Werten“ oder der „Selbsttranszendenz“ gearbeitet. Dieser Umgang mit Begrifflichkeit ist dann bedenklich, wenn der Therapeut Fachausdrücke benutzt, um sich hinter ihnen zu verstecken, und es ihm nicht möglich ist, die Thematik in ihrer eigentlichen Dimension zu bearbeiten.

III. Ein möglicher fruchtbarer Weg zum Umgang mit Liebe in der Therapie

Im Folgenden möchte ich einen Weg aufzeigen, den ich für sinnvoll halte:

Die Möglichkeit bejahen und die verlangte Befriedigung versagen. Lickint (1994), dessen Position ich für sehr überzeugend und brauchbar halte und die ich im Weiteren etwas ausführen möchte, meint, dass nur das Erfahren einer neuen, gesunden Weise des erotischen Zusammenseins den Analysanden befähigt, die bisherige Erfahrung, Einstellung und Erwartung zu wandeln.

Die Widerstände beim Patienten sind die eine Quelle, die nicht zu unterschätzenden Gegenwiderstände beim Therapeuten sind die andere Quelle der Fortdauer der neurotischen Störung. Sie zeigen sich am häufigsten in der Gehemmtheit, die während der Stunde „in der Luft liegenden“, jedoch abgewehrten, vielfältigen zärtlichen und ebenso geschlechtlichen Liebesmöglichkeiten, sofern der Therapeut sie entdecken, also wahrnehmen kann, auch anzusprechen.

Wie oben erwähnt, ist die therapeutische Situation von den Bedingungen her eine einladende Möglichkeit, zu tätigen Formen des Liebeslebens zu kommen. Wichtig hierbei ist: Bejahung einer Möglichkeit, die lediglich *möglich* ist und ihre *Ausübung* sind zweierlei.

Bejahung einer Möglichkeit heißt: nicht gegenwärtiges Handeln. Der Spielraum einer bejahten Möglichkeit enthält immer noch alle Möglichkeiten eines Nicht-Jetzt, Nicht-Hier und Nicht-mit-mir. Dieses Nicht-Jetzt, Nicht-Hier und Nicht-mit-mir entspringt beim Therapeuten nicht aus einer anti-erotischen und neurotischen Zurückweisung des Patienten, sondern gerade, weil er den erotischen Gehalt der gegenwärtigen Zweisamkeit in dieser Stunde aus seiner Freiheit und Verantwortung bejaht. Es gilt also, mit dem neurotisch behinderten Eros der Patienten in zugewandter Weise zugehen und frei darüber denken und miteinander sprechen zu können.

Die Zukunft und ihre Möglichkeiten – also auch die erotischen – sind nicht nur „Psychisches“ und fehlen folglich auch in Freuds grundlegendem psychischen Apparat. Die Wünsche und Sehnsüchte, was doch jetzt und in Zukunft werden soll

einerseits und die realen Möglichkeiten andererseits, die gesehen und eingeschätzt werden, nehmen entscheidenden Einfluss auf die Gestaltung im Hier und Jetzt der therapeutischen Situation. Allein schon die innere Haltung des Therapeuten, das Anerkennen und Wertschätzen des Wunsches beim Patienten, und ggf. auch bei sich selber, geben die Voraussetzung dafür, nun zu schauen, wie damit umgegangen werden kann, welche Freiheit, welche Verantwortung da ist. Darin besteht ein wichtiger Teil therapeutischer Arbeit.

Wenn Liebe und/oder Verliebtheit in der Therapie Thema sind, ist es wünschenswert, es ausreichend bearbeiten zu können. Das kann auf der Ebene der Beziehung zwischen Therapeut und Patient geschehen – das ist sehr direkt und macht vielen Patienten und auch Therapeuten Angst. Es kann sich auch auf der Ebene des Erzählens von Beziehungsgeschehen, seien es vergangene oder gegenwärtige Beziehungen, abspielen. Oft lässt sich das Erzählte mit dem jetzt gerade in der therapeutischen Beziehung Erlebten wieder erkennen bzw. spüren. Das kann man ansprechen, wenn man es für sinnvoll erachtet; wenn z.B. die Angst des Patienten nicht zu groß ist. Wenn Liebe, Verführungswünsche und -ängste, Verliebtheit zwar erlebt, aber nicht vollständig bearbeitet werden, können sie sich in den Widerstand gegen die Therapie verwandeln und somit andere wichtige Konflikte und Aspekte der Dynamik verdunkeln.

Oder der Patient lässt sich von der Therapie dahin tragen und benutzt den Therapeuten zum Phantomliebhaber und -gefährten. Es gibt viele Fälle von Patienten, die unfähig sind, außerhalb der Therapiesituation wirklich enge Beziehungen einzugehen. Die, die bereits in einer Paarbeziehung stehen, spalten ihre Gefühle auf: Der Therapeut wird idealisiert und der Partner entwertet.

Es ist also von entscheidender Bedeutung, die Verliebtheit, die Liebe des Patienten durchzuarbeiten, um mögliche dahinter liegende Identitätsprobleme, Liebes- und Konkurrenzgefühle oder die Hemmung vor dem eigenen Ausdruck zu erkennen und weiter durchzuarbeiten.

IV. Fallbeispiel

Ich möchte nun einen Fall aus meiner Praxis darstellen, in dem es sich um eine Verliebtheit handelt, die die Funktion hatte, so paradox es klingt, die Angst vor mir und vor weiteren Konflikten abzuwehren. Ich lasse weitgehend alle diagnostischen, inner- und intrapsychischen Aspekte weg und bleibe bei dem, was sich in der therapeutischen Beziehung zwischen einem 18jährigen Patienten und mir entwickelt hat, zumal der Patient über lange Zeit kaum etwas über seine Beziehungen außerhalb der Therapie mitteilte. Es geht also um einen Patienten – ich nenne ihn Ben – der seit etwas mehr als zwei Jahren bei mir wegen einer ausgeprägten Enuresis nocturna, Selbstverletzungen und einer massiven Arbeitsstörung in Therapie war.

Ben war ein intelligenter, sehr begabter junger Mann, er ging auf ein Gymnasium. Obwohl er fast 190 cm groß war, wirkte er jünger auf mich. Es fiel Ben zunächst sehr schwer, sich auf die Therapie einzulassen. Ben betonte, er habe außer seines Einnässens keinerlei Probleme. Nachdem wir nach schweren Verhandlungen Termine ausmachen konnten, zeigte

er ab der fünften Stunde Verliebtheitsgefühle. Er hielt sich den Nacken und meinte: „Ich hab mir den Kopf verdreht, ja nicht verdreht, sondern verdreht.“ Er trug die Schuhe zur Therapie, die er sonst nur im Tanzunterricht anzog. Ben spielte mit Magneten, fand sie extrem magnetisch. Und ich stellte fest, dass er sich da mit Anziehungskraft beschäftigte. Er errötete und verneinte es, es seien doch bloß Magnete. Hier wird schon deutlich, wie sehr er diese Möglichkeit abwehrte, sie irgendwie problematisch war.

Ben unterhielt mich glänzend und brachte mich viel zum Lachen. Aber es passierte mir an mehreren Stellen, dass ich lachen musste, es aber eigentlich nicht mochte, weil ich es für vollkommen unangemessen hielt. Ich weiß nicht, ob mir Tränen wegen des Lachens oder der Verzweiflung kamen. Hier spürte ich sicher etwas von Bens Verzweiflung, immer der Fröhliche und Starke sein zu müssen, der seinen Kummer nicht zeigen konnte.

Dennoch: Die Stunden vergingen wie im Fluge, es machte Spaß mit ihm. Und mir war nicht wohl in meiner Haut. Ich bekam Schuldgefühle, was das denn für eine Therapie sei, und ich fragte mich, ob ich ihn nicht verführte, ihn vom Eigentlichen ablenkte. Während seine schulischen Leistungen rapide abfielen, heizte sich die erotisierte Atmosphäre immer mehr auf. So ließ er z.B. beim Verabschieden meine Hand nicht los, oder er wollte einfach nicht gehen, blieb sitzen. Ben überlegte, wie es wäre, wenn er alle Therapiestunden am Stück nehmen würde, rechnete aus, dass es zwei Tage und zwei Nächte seien und schlug vor, die nächsten Stunden am Stück zu nehmen, das brächte doch viel mehr. Ich sagte vorsichtig: „Also auch die Nächte.“ Daraufhin meinte er, das mit den Nächten sei vielleicht doch zu schwierig.

Er erzählte mir Träume, über die er nicht weiter sprechen mochte, die ich mir aber abends in meinem Bett aufschreiben sollte. Sozusagen von Bett zu Bett. Er erzählte einen Traum, in dem er mit seiner Mutter Schach spielte. Es war spannend, wer wen schachmatt setzte. Sie hatte sechs (Sex?) im Hintergrund und bedrängte ihn mit der Dame. Mit seinem Pferd musste er sich immer so in Position bringen, dass sie ihn nicht kriegen konnte. Mir wurde deutlich, dass Ben versuchte, den sexuell gefärbten Angeboten seiner Mutter zu entkommen. Er fühlte sich immer in die defensive, reagierende Position gedrängt. Aussichtslos schien es ihm zu sein, selber für sich aktiv zu werden. Die ständige Bezogenheit zeigte sich darin, die Dame permanent im Blick haben zu müssen, sie unter Kontrolle zu halten. Das war genau das, was sich auch in unserer therapeutischen Beziehung abbildete. Ben verausgabte sich enorm. Nicht weil er es letztlich so wollte, sondern um mich unter Kontrolle zu halten. Es machte auch verständlich, warum seine Angst zu Beginn der Therapie so groß war. Deutlich wurde, dass die Enuresis dazu diente, seine Mutter aus seinem Bett herauszuhalten. Die Selbstverletzungen fanden dann statt, wenn er eigene Schritte wagte. Die Arbeitsstörung zeigte, wie wenig er durch die Verführungen imstande war, für seine eigenen Belange zu sorgen. Als ich an einer Stelle aufdeckte, dass er mich als die ihn Verführende erlebte, machte es ihm offenbar noch mehr Angst, denn nun nahm Ben die Verfolgung erst recht auf. In charmantester und verführerischster

Weise versuchte er, mir nahe zu kommen. Er schlug vor, dass wir uns solange in die Augen guckten bis einer lachte. Der Gewinner dürfe dann über den Anderen bestimmen. Ich bekam das Gefühl, ihn nie mehr loszuwerden. Ich selber spürte kaum erotische Impulse, fühlte mich mehr und mehr bedrängt. Ich fragte mich, was ich dazu beitrug, dass das immer so weiterging.

Mir wurde bewusst, dass ich mich schützte und es mir schwer fiel, ihn tatsächlich als potenten jungen Mann anzuerkennen. Ich wertete seine verführerischen Annäherungen als ganz niedlich und mittlerweile ziemlich nervig ab. Damit behandelte ich ihn als kleinen Jungen, band ihn an mich und behinderte ihn in seiner Entwicklung. Es mag sein, dass er spürte, dass ich ihn nun ernster nahm, seine Möglichkeiten anerkannte, und er wurde noch mutiger.

Als er versuchte in meinen Privatbereich einzudringen, machte ich deutlich, dass ich seinen Mut und seine Ideen, mir nahe zu kommen ganz enorm fand. Aber meine privaten Dinge gehörten nicht in seine Therapie. Das war meine Abgrenzung: Nicht hier, nicht jetzt und nicht mit mir. Diese Erfahrung war für ihn sehr schwer auszuhalten. Er hatte Tränen in den Augen, schwieg mehrere Stunden und trauerte offensichtlich um diese Grenzsetzung und Trennung. Gleichzeitig schien er erleichtert zu sein. Er wagte nun, sich selber mehr abzugrenzen. Diese Veränderung war auch für mich nicht leicht. Die narzisstischen Aufwertungen hatten mir gut getan. Hier wurde also auch meine Leistung wichtig, es auszuhalten, dass es nicht nur schön und angenehm war. Es kam eine Phase, in der er über Stunden alles, was ich sagte, albern mit „Quiet, because of being“ beantwortete. Jetzt, wo er nicht mehr wie die Erde um die Sonne, also um mich kreisen musste, spürte er seine Verzweiflung darüber, permanent gebremst zu sein und nichts tun zu können. Er beschwor mich theatralisch auf Knien, ich sollte ihm sagen, was er tun sollte. Im Weiteren war sein Konflikt zwischen Autonomie und Abhängigkeit zu bearbeiten. Ben spürte die Traurigkeit über die Getrenntheit, aber auch die damit einhergehende Freiheit zur Weiterentwicklung. Zu dieser Zeit nässte er nur noch alle drei bis vier Wochen ein. Mittlerweile war der Gedanke an ein Therapieende für ihn nicht mehr so erschreckend. Er entwickelte die Vorstellung, es könnte dann erst richtig losgehen.

Auch wenn Ben mich in der Wiederholung seiner Erfahrung als die übergreifige, verführende Mutter erlebte, konnte er es wegen der zuverlässigen Grenzsetzung und Wahrung der Intimitätsdistanz wagen, sich in seiner Verzweiflung und Traurigkeit zu zeigen und therapeutisch weiter produktiv zu arbeiten.

V. Was ist, wenn der Therapeut sich verliebt hat?

Was ist, wenn ein Therapeut es nicht schafft, lediglich die Möglichkeiten zu bejahren, sondern sie auch vollziehen will? Es bleiben drei Wege:

1. Wenn ein Therapeut tatsächlich eine sexuelle Beziehung zu seiner Patientin eingeht, dann droht Gefahr einer fatalen Abhängigkeit, deren Dynamik der Logik des inzestuösen Missbrauchs folgt. Dieser Weg kann meines Erachtens kei-

ner sein, weil der Therapeut für die Wahrung der Intimitätsdistanz auf beiden Seiten verantwortlich ist, was auch immer der Patient wünscht, fordert oder inszeniert.

2. Ein oft begangener Weg: Der Psychotherapeut beendet die Therapie und geht eine Liebesbeziehung mit dem Patienten ein. Die Chance, innerhalb dieser Therapie Verführungswünsche und -ängste zu bearbeiten, ist vertan. Bei aller Liebe bleibt die Bearbeitung des Konfliktes offen. Oft wird dies später in einer anderen Therapie versucht nachzuholen. Zu bedenken ist, inwiefern nicht dennoch der inzestuöse Charakter in dieser nach der Therapie realisierten Liebesbeziehung erhalten bleibt.
3. Es gibt die Möglichkeit, dem Patienten offen mitzuteilen, dass man sich verliebt hat und die Therapie nicht mehr fortführen kann. Der Therapeut ist hier zu einem sicher leidvollen Verzicht bereit, der gewünschten und zugleich gefürchteten Realisation nicht nachzukommen. Verzicht bedeutet konsequenterweise, auch keine private Beziehung aufzunehmen. Der Weg bliebe trotz der Schwere, aber ohne inzestuöse Belastung frei, zu einem anderen Therapeuten zu gehen.

VI. Abschlussbemerkung

Wie können wir Therapeuten uns gegen zu intensive Verwicklungen schützen, die unsere therapeutische Haltung ins Wanken bringen, sie gefährden?

In dem Bewusstsein, dass es letztlich die richtige oder sichere Technik nicht gibt, müssen wir sie für jeden Patienten, mit jedem Patienten jeweils finden. Das ist nicht immer leicht, manchmal sehr schwer, aber möglich.

Für die Therapeuten ist es unabdingbar wichtig, eigene Verführungswünsche und -ängste gut bearbeitet zu haben. Hinzu kommt: Je erfüllter wir sind und je befriedigender und reicher unsere privaten Beziehungen zum Partner, zur Familie und zu Freunden sind, desto leichter wird es für uns sein, nicht in Versuchung zu kommen, die Erfüllung in therapeutischen Beziehungen zu suchen oder ihr zu erliegen.

Mit anderen Worten: Ein eigenes erfülltes, befriedigendes und lustvolles Leben ist mindestens genauso wichtig wie die Bemühung um gute, hilfreiche Therapien.

Literatur

- Cremerius J (1988) Abstinenz - Maxime und Realität. Freiburg
Freud S (1960) Vorlesung zur Einführung in die Psychoanalyse. Frankfurt
Körner J (1989) Triebregrression versus Ichregression. Steuerung im psychoanalytischen Prozess. Manuskript des Vortrags vom 2.6.1989, DPG-Kongress, München
Krutzenbichler, Essers (1991) Muss denn Liebe Sünde sein? Göttingen
Lickint KG (1994) Psychoanalyse als Liebeskunst einer Art Gesundheitsliebe: vom psychoanalytischen Sinn der Sexualität zwischen Analysand und Analytiker. In: Forum der Psychoanalyse 10

Anschrift der Verfasserin:

*Ines Kolbe
Borchersstr. 21, 30559 Hannover
ines.kolbe@yahoo.de*

Körper-Lust und Geist

Ist das Verhältnis des Menschen zur Existenz sexuell?

Alfried Längle

In existenzanalytischen Gesprächen soll mit Sexualität nicht blind ihrer Dranghaftigkeit folgend oder normativ nach gesellschaftlichen oder religiösen Vorgaben umgegangen werden. Sie soll der Person angemessen und von ihr durchwirkt sein. Dafür wird ein anthropologischer und phänomenologischer Zugang versucht. – Ansetzend am Leib-Verständnis, das im Gefolge von Merleau-Ponty doppeldeutig aufgefaßt wird (Subjekt-Sein für sich, Objekt-Sein für andere), erscheint die Position der Sexualität zwischen den Polen Intimität und Versachlichung.

Die weiterführende Phänomenologie der körperlichen Geschlechtsausprägung zeigt die Sexualität in ihrer Bedeutung für das Innenleben und das Zugang-Schaffen beim anderen. Die Ich-Nähe der Sexualität wird durch die Grundbedingungen der Existenz, die in ihr enthalten sind, verständlich. Im Lichte der anthropologischen Dimensionen werden mehrere Kraftquellen der Sexualität deutlich. Als Sinn der Sexualität erscheint das Öffnen in allen Dimensionen des Daseins.

Dieses Verständnis wird kurz mit dem Libido-Konzept abgeglichen und auf die Notwendigkeit gesellschaftlicher, persönlicher und fachlicher Bewertung der Sexualität sowie ihrer Relativität hingewiesen. – So zeigt sich Sexualität als Existenz im Keim und als ein Weg zur Fülle des Daseins.

Stichwörter: Existenz, Körper, Leib, Phänomenologie, Sexualität

Existential-analytical talks are not to deal with sexuality by blindly following its driving character nor by clinging to social and religious norms. Instead, the focus should be on the individual person while attempting an anthropological and phenomenological approach. Beginning with a concept of the body that follows Merleau-Ponty in its ambiguity (being a subject in itself, being an object for others) the position of sexuality is defined between these poles of intimacy and objectification.

The continuing phenomenology of the physical sex characteristics illustrates the meaning of sexuality for the inner life and the possibility of access to others. How closely related sexuality is to the self becomes clear in the fact that it contains the four fundamental conditions of existence. In the light of the anthropological dimensions several sources of sexual energy become visible. The meaning of sexuality seems to be in opening up in all dimensions of existence.

This understanding is compared with the concept of libido, and the necessity of social, personal and professional evaluation of sexuality and its relativity is outlined. – Thus sexuality appears as seminal existence and as a way to the fullness of existence.

Key words: body, existence, phenomenology, sexuality

1. Einleitung

Sex sells – Sex bewegt. Sex belebt, zieht an, macht neugierig, begierig, erhitzt, weckt die Leidenschaft... – Welche Macht in dieser vitalen Kraft! Welche Lust am Leben! Mehr noch als die vielleicht spielerisch-oberflächliche Anspielung auf Sex, kann das Verspüren der *Sexualität* als Triebkraft unsere Geister wecken, wach machen, lebendig, strebend, geschickt, verführerisch, lieb, erotisch, drängend, stark.

Sexualität kann uns helfen, die Sorgen und den Alltag hinter uns zu lassen, uns selbst für kurze Zeit zu vergessen. Sie hilft uns, uns zu entkommen, die engen Grenzen zu sprengen, während wir ihrem bezaubernden Weg folgen, langsam oder auch eruptiv, getragen von den Flügeln des Lebens hinein in die Höhe der Existenz, des „äußersten Außer-sich-Seins“, wo wir schwebend in eine beinahe grenzenlose Freiheit vorstoßen. An so hoher Stelle von Existieren geht das Sein über in Auflösung, verschmilzt Tod und Leben zu einem einzigartig-

tigen Glücksgefühl. Für einen Atemzug bloß können wir hier halten, enthoben der Zeit an diesem Ort der Ek-stasis.

Sexualität schafft neue Verhältnisse. Sie verdrängt das Unliebsame, schiebt das Hinderliche beiseite. Sexualität ist von ihrer Anlage her befreiend. – Doch ist sie auch rücksichtslos. Das ist ihre andere Seite. Sexualität kann auch zerstören, uns gefangen nehmen. So wie Sexualität Beziehungen herstellen, vertiefen, beleben und erneuern kann, können durch sie auch Beziehungen brechen, entfremdet und mißbraucht werden. Die Macht der Sexualität kann alles vergessen lassen, kann überfordern, vereinnahmen, vergewaltigen, Angst machen. Sexualität hat die Eigenschaften des Feuers: zu wärmen und zu verbrennen. Mit ihrer Polarität von Leben und Tod verkörpert Sexualität die Natur des Lebens. Es erstaunt daher nicht, daß sie integrativer Bestandteil des Lebens ist. Doch ist der Umgang mit ihr geprägt von dieser Nähe zu Leben und Zerstörung – eine spannungsvolle Ausgangslage. Kein Verbannen schützt vor ihren Gefahren, da sie zum Leben gehört. Das hat uns Sigmund Freud meisterhaft vor Augen geführt, indem er aufzeigte, wie sie unter anderem Gesicht und mit nur größerer Vehemenz wiederkommt; es hilft aber auch kein ungehemmtes Ausleben, weil die Zügellosigkeit den zerstörerischen Zug der Sexualität verstärkt. Darum wacht die Gesellschaft über sie und schafft Tabus und Regeln. Seit alters her wurde zum maßvollen und angemessenen Gebrauch („chresis“) der Sexualität geraten. Schon in der Antike wurde die Freiheit des Mannes in Gefahr gesehen, wenn er nicht in einer Art Bildungsprozeß Mäßigung lernte, um den Begierden und Lüsten nicht willenlos zu folgen (Rosenfeld 1986, 75). Das Christentum hat die Sexualität sogar noch weiter eingeschränkt als die Antike und ihr den natürlichen Wert außerhalb der Ehe aberkannt (Foucault 1984). Da wir in dieser Tradition stehen, brauchen wir BeraterInnen und PsychotherapeutInnen vor allem ein gutes Verständnis der Sexualität, ihrer Kraft und ihres Verlangens vor jeder moralischen Bewertung. Wir brauchen Formen eines Zugangs zu ihr, um mit ihr eigenverantwortlich und in einer der Person angemessenen Weise umgehen zu können. Da wir in der Existenzanalyse keine moralischen Vorgaben machen, sondern der Person in Form der eigenen Echtheit und Verantwortlichkeit die Macht in die Hände spielen wollen, geht es uns auch beim Thema der Sexualität (wie bei allen Situationen) darum, daß sie „personiert“ wird. Denn nur so kann sie nach unserer Auffassung ganzheitlich gelebt werden.

2. Sexualität – gelebte Körperlichkeit

Die Körperlichkeit – eigentlich die „Leiblichkeit“ – ist eine konstituierende Dimension des Menschen. Anders gesagt: Der Mensch ist körperlich – oder er ist nicht. Alles, was wir tun, ist mit unserem Körper verbunden: jeder Gedanke, jede Entscheidung, jedes Erleben und – am sichtbarsten – jedes Handeln. Zum Handeln zählt auch die sexuelle Tätigkeit. In der Sexualität erhält dieser körperliche Bezug aber noch eine zusätzliche, spezifische Note.

Sexualität setzt Körperlichkeit nicht nur voraus, sondern setzt sie auch in zentraler Weise ein. Sexualität bedient sich der sinnlichen Körperlichkeit als Sprache und als Ausdrucksmittel der eigenen Lebendigkeit (diese Überlegungen beziehen sich auf alle Formen der Sexualität wie Selbstbefriedigung, Sexualität mit anderen Menschen, mit Tieren, Objekten). Sexualität ist Leben der eigenen Körperlichkeit, bedeutet ein sich hineingeben in den eigenen Leib, ihn von innen her besetzen, erfüllen, erfüllen, zumeist in Verbindung mit einem ‚anderen‘ (selbst in der autoerotischen Betätigung wird der eigene Leib partiell als Objekt behandelt).

Sexualität ist in hohem Maße gebunden an biologische Abläufe. Sie ist getragen (und auf der Reflexebene gesteuert) von zentralnervösen und peripheren neuronalen Verschaltungen, die in engem Zusammenspiel mit hormonalen Prozessen stehen. Sie alle wirken auf die einzelnen Körper-Organen und auf ihr funktionelles Zusammenspiel, regeln Kreislauf, Atmung und insbesondere die Aktivierung der Sexualdrüsen und Sexualorgane.

Das reibungslose biochemische und neuronale Funktionieren ist Voraussetzung, damit Sexualität als ganzer Akt „ablaufen“ kann. Aber Sexualität ist wesentlich mehr als ein biologischer Ablauf; sie ist vor allem ein Sich-Beziehen, ein Erleben durch Geben und Nehmen, Ausdruck von Innerlichkeit und Vitalität usw. Diese psychische und personale Ebene der Sexualität vermag die rein biologische Betrachtung nicht zu erfassen.

In der (nie nur reflexartig, sondern immer auch mitentschiedenen) Aktivität gelebter Sexualität ist über die biologischen Abläufe hinaus ein *Verständnis der eigenen Körperlichkeit* enthalten, das meistens weniger bewußt als mehr implizit gegeben ist und in der Sexualität gefühlt, erlebt und entdeckt wird. Ein solches innerliches Bezogensein zum Körper besteht immer, auch außerhalb der Sexualität. Es stellt jene Lebendigkeit dar, die uns den Körper als subjektiven „Leib“ erschließt¹. Als solcher ist er kein neutraler, objektiver Gegenstand („Körper“), sondern ist ichhaft besetzt und empfunden. Dieses Verhältnis zum eigenen Körper und das gefühlte Verständnis der eigenen Leiblichkeit wachsen in der Pubertät zu jener Form heran, in der auch die Sexualität als eine verdichtete Form der Leibbezüglichkeit einen Platz bekommt. Im allgemeinen wird die Beziehung zum Körper aber selten tiefer reflektiert. Sie liegt daher meistens in einem Halbdunkel des Erlebens und der Einflüsse unterschiedlicher Erfahrungen vor und wird in der Sexualität spontan und eher unbewußt gelebt. Dieses Verständnis der Bedeutung und Funktion des Körpers und das intuitive und entwickelte Verhältnis zu ihm kanalisiert die Art, wie wir den Körper in der Sexualität zum Einsatz bringen. Sexualität stellt eine sehr direkte Form von gelebter Beziehung zum Körper dar. Diese *Ichhaftigkeit des Körpers* (eben des „Leibes“) wird besonders intensiv in der Sexualität erlebt (vorausgesetzt, daß man sich ihr bereitwillig hingibt, denn in der gewaltsam zugefügten Sexualität dominiert meist ein Schutz vor dieser Ich-Aktivierung durch Abspaltungen).

In der Sexualität ist die Beziehung zum Körper intensiver

¹ In der Formulierung, wie ein Mensch ‚leibt und lebt‘, kommt diese Innenbezüglichkeit zum Körper und zum Leben gut zum Ausdruck.

als beim Denken, Sprechen oder Gehen. Darum ist in der Sexualität die Frage nach der Beziehung zum eigenen Körper bedeutsamer und grundlegender, wenngleich nicht wesensverschieden zu den anderen körperlichen Aktivitäten. Aus therapeutischen, prophylaktischen, pädagogischen und entwicklungspsychologischen Erwägungen ist es für das Verständnis der Sexualität wichtig zu fragen, wie wir uns auf den eigenen Körper beziehen (bzw. in der Beratung/Therapie wie sich unsere KlientInnen und PatientInnen auf ihren Körper beziehen), welches Bild wir von ihm haben, wie wir zu ihm stehen, und vor allem, wie wir ihn erleben: wie kommt uns der Körper entgegen – wie sind wir in ihm – wie nehmen wir ihn?

Allgemein können wir sagen, daß der Körper in der Sexualität in der ihm eigenen Doppelgesichtigkeit gegeben ist, als *Körper-Haben* und *Körper-Sein* (vgl. Marcel 1954). So ist er in der Form des Objektes ein *Mittel* und ein Instrument, das uns erlaubt, uns auszudrücken, Genuß zu erleben und zu bereiten. Zum anderen ist der Körper gerade in der Sexualität so sehr vom Ich besetzt, d.h. wir empfinden unser Sein in der Sexualität so leibhaftig, daß wir darin in hohem Maße Körper *sind*, uns in den Körper hineingießen, hineingeben, so daß er geradezu zum Ich-Angebot an den anderen wird: „Hier kannst du *mich* erleben, da hast du direkten Zugang zu mir“.

Der Körper ist in der Sexualität in diesem Verständnis immer beides: *Instrument* des Ich und *Angebot* des Ich.

Sexualität kann daher oszillieren zwischen mehr instrumental-expressivem und mehr offerierend-rezeptivem Einsatz, doch ist der jeweils andere Anteil immer auch da, mal mehr auf der Vorderseite, mal mehr auf der Rückseite des Erlebens. Und noch eine andere Ambiguität kommt ihm in der Sexualität zu: als funktionales Objekt des Ich hat der Körper einen mehr *sachlichen* Bezug, als Ich-Identität einen mehr *personalen*.

Wenn wir dies so erleben, dann hätte das eine gewichtige Bedeutung: Sexualität wäre dann nie *ganz* blind, wäre nicht ganz wahllos (Jaspers 1971, 32), sondern hätte immer auch einen mehr oder weniger großen personalen Aspekt neben aller Psychodynamik. Immer wäre in einem sexuellen Begehren, und wenn es auch noch so egozentrisch auf Genuß angelegt ist, zum einen ein minimales *personales Gefallen* des anderen zugegen, ein Anreiz, der nicht nur mit der Lust und der Biologie korrespondiert, sondern auch der eigenen Person entspricht und zusagt². Auch wenn dies mitunter in den Hintergrund des Erlebens gedrängt sein mag – das Personale wäre dennoch in jeder Sexualität präsent. Dieses Gefühl des Entsprechens ist allein durch den genannten Doppelaspekt des Körpers (Funktion und Ich-Identität) nie ganz aufzuheben.

Darüber hinaus kommt das *Personale* in der Sexualität

auch dadurch herein, daß sich die Person für die Sexualität *entscheidet* und sich auf sie einlassen *mag*. Die Sexualität passiert nicht gegen den Willen (außer in manchen Strecken der Sucht oder der Deviation). Vielleicht wird sie gegen das Gewissen gelebt, widerstrebt ihr Einsatz dem Selbstbild und man empfindet sie dann als Schwäche, schämt sich für sie. Das Ich besteht ja nicht nur aus dem normativen Bewußtsein, sondern hat auch noch andere Tiefen, aus denen die Einwilligung geschöpft wird. – Die *Einheit* Mensch ist gerade in der Sexualität nicht aufgehoben, weil sie zu ich-haft ist, auch wenn die Einheit nicht immer in ihrer *Ganzheit* gelebt wird.

Wenn dem so ist, daß Sexualität nie ganz blind ist, dann kann dies auch erklären, warum über sie eine *Liebe angestoßen* werden kann, oder warum die Beziehung zu sich selbst durch sie aufgefrischt werden kann. Aber weil Sexualität *per se* nicht immer ganz sehend ist, kann sie auch *Beziehungen zerstören* und an der Person vorbeigehen, an der eigenen wie an der des anderen. Darum kann der besondere Respekt des Mannes für die Frau sein, daß er mit seiner Kraft nicht über sie hinweggeht; und der besondere Respekt der Frau für den Mann, daß sie in ihrer Beziehungskraft den Mann in seinem Drängen nicht allein auf sich gestellt „draußen“ läßt.

Noch etwas können wir aus dem engen Verhältnis der Sexualität zum Körper ableiten. Die Beziehung zum Körper, die Art, wie wir in ihm sind, wie wir uns „einfleischen“, kommt natürlich nicht nur in der Sexualität zum Ausdruck, sondern ist auch sichtbar in der Art, wie wir z.B. sprechen, essen, lachen. Wir können daher sagen: so wie wir sprechen, so sind wir auch in der Sexualität. Rhythmus und Vitalität, das Selbsterleben im Sprechen und das Bezogensein auf den eigenen Körper, das in der Sexualität so stark sichtbar wird, zeigt sich auch ein wenig in diesen anderen Äußerungen (ohne daß sie deswegen schon mit sexuellem Erleben oder Verhalten gleichzusetzen wären - vgl. Kap. 8). Ist ein Mensch z.B. ganz auf sich bezogen im Gespräch mit dem anderen - und es gibt Menschen, bei denen das die Regel ist - dann ist er auch mit großer Wahrscheinlichkeit in der Sexualität auf sich bezogen. Natürlich machen wir uns das wenig bewußt; wir erfassen es mehr intuitiv und empfinden z.B. eine sexuelle Attraktion bei einem Menschen allein aus der Stimme oder der Art, wie er zu sich oder zu anderen ist.

Unser Leib ist eben kein „zufälliger Umstand an unserer Existenz“ (Grøn 2002, 481), sondern Ausdruck unserer Person und unserer Psyche. Am meisten drücken wir durch Sprache aus, aber auch durch Gesten, Mimik, Verhalten, Handeln. Auch die Sexualität ist Ausdrucksverhalten. Merleau-Ponty (1966) ging sogar so weit, daß er den Leib nicht als bloßes „Äußeres“ verstanden hat, das einen „inneren“ seelischen Prozeß begleitet. „Das Ausgedrückte – der Geist, die Seele, der ‚innere‘ Sinn oder die Intention – und der Aus-

² Merleau-Ponty (1966, 188) spricht von „erotischem ‚Verstehen‘“, das von anderer Art ist als das Verstehen des Verstandes. „... der Verstand versteht, indem er eine Erfahrung unter einer Idee erfaßt, der Begierde aber eignet ein Verstehen, das ‚blindlings‘ Körper mit Körper verbindet. So ist selbst die Geschlechtlichkeit, die man doch lange genug als typisches Beispiel einer bloßen Körperfunktion betrachtet hat, keineswegs ein peripherer Automatismus, sondern Intentionalität, die der Bewegung der Existenz selbst folgt und mit ihr sich erhebt und zurückfällt.“ – Die sexuelle Bedeutung eines Anblickes entsteht daher nicht durch ihren möglichen Bezug zu den Geschlechtsorganen oder Lustzuständen, sondern durch das ständig bereite Vermögen des Leibes, „gegebene Reize in eine erotische Situation [in der auch die Person einbezogen ist – Anm. d. Autors] zu fügen und dieser in sexuellem Verhalten zu entsprechen.“ (ebd.) Für Merleau-Ponty ist dies ein *leibliches* Geschehen, kein rein körperliches – der Leib aber ist inkarnierte Person (s.u.).

druck – der Leib, die Zeichen – sind für sich genommen abstrakte Momente“ (ebd., 481), die nur im abstrakten Denken getrennt sind, in Wirklichkeit aber unlösbar zusammengehören. Leiblichkeit ist für Merleau-Ponty (ebd.) daher Inkarnation des Ausdrucks, „*sens incarné*“, eingefleischter Bedeutungsgehalt.

Mit dieser Sicht übt Merleau-Ponty Kritik am Empirismus und Intellektualismus, denen diese „metaphysische Struktur des Leibes“ entgeht (ebd., 480f.). Durch den Leib kann sich der Mensch der Welt verschließen. „Doch eben weil er sich der Welt verschließen kann, ist mein Leib auch das, was mich auf die Welt hin öffnet und mich in Situation setzt.“ (Merleau-Ponty 1966, 197) Durch den Leib wird mir also auch der andere erschlossen. Die Existenz des anderen gibt sich mir nur durch den Leib des Anderen oder durch seine Spuren (Grøn 2002, 482), und natürlich durch meinen Leib. Somit hat der Leib des Menschen immer eine Doppeldeutigkeit: er ist „zugleich Objekt für deinen Anderen und Subjekt für mich“ (ebd., 481). Diese „*ambigüité*“ des Leibes kommt deutlich in der Sexualität zum Ausdruck. Sie steht – ebenso wie der Leib selbst – immer in der *Spannung zwischen Intimität und Versachlichung, zwischen Subjekt-Sein und Objekt-Sein*, zwischen Leib und Körper. Der Mensch kann sich in der Sexualität als Leib öffnen, zugänglich werden, sich geben; oder aber sich entziehen hinter seinem Körper, vorwiegend auf sich bezogen sein. Wenn sich der andere geöffnet hat, kann ihn dieses Sich-Entziehen sehr verletzen. Er bleibt gleichsam im Regen stehen.

Sowohl das Verständnis des Leibes als Inkarnation des Inneren, als auch das Verständnis der unablässigen Doppeldeutigkeit unseres physischen Seins als „Leib für uns“ und als „Körper für andere“, ist für das Verständnis der Sexualität grundlegend. Sexualität kann von ihrem Wesen her mehr leiblich oder mehr körperlich sein, und sie ist immer auch beides. In ihr ist immer Innerlichkeit des Menschen enthalten, aber sie versachlicht, benützt, gebraucht auch den anderen, wie auch den eigenen Körper. Das Verhältnis der beiden Realisierungsformen zwischen den Polen „reiner Sex“ und „beziehungsvolle Sexualität“ ist fließend und flexibel.

3. Phänomenologie der Sexualität – was ist das Sexuelle am Körper?

Sexualität, sagten wir, ist in besonderem Maße Bezugnahme zum Körper. Diese Aktivität soll nun präzisiert werden: Wie ist Sexualität mit dem Körper verbunden? Ist damit die Bezugnahme zum ganzen Körper gemeint, oder zu bestimmten Teilen? Oder anders gefragt: *Was am Körper erleben wir als sexuell?* Wann erleben wir uns oder andere als sexuell anziehend bzw. sexuell aktiviert?

Unter Sexualität verstehen wir jede körperliche Bezugnahme zu den eigenen Geschlechtsorganen oder zu denen eines anderen Lebewesens mit der Absicht eines lustvollen Erlebens. Damit wird Sexualität unterschieden von *Erotik* als werbendem Spiel mit der Grenze (sich zeigen und sich verstecken), die als eine Einladung zu Sexualität aus der Distanz verstanden werden kann, und von *Geschlechtlichkeit*

als biologischer und psychischer Geschlechtszugehörigkeit (vgl. S. 55 für eine lexikalische Zusammenfassung).

Wenn wir Sexualität so sehr mit der Aktivierung der Sexualorgane verbunden sehen, dann interessiert natürlich, was die Ausformung der Sexualorgane über die spezifische Sexualität von Mann und Frau „zu sagen“ hat. Dürfen wir doch auf Grund der Einheit des Menschen annehmen, daß die Geschlechtlichkeit – die Grundlage der Sexualität – so im Körper abgebildet ist, wie es dem Wesen der Sexualität entspricht. – Was verkörpern also der männliche und der weibliche Pol der Sexualität?

Der *männliche* Körperbau scheint auf Kraft angelegt zu sein. Dies zeigt sich auch in der Ausbildung eines großen Penis aus dem, was bei der Frau zur kleinen Klitoris wird, und setzt sich in der Erektion des Penis und in der Kraft der Ejakulation des Spermas fort. Die Öffnung der Scheide ist beim Mann durch die Hodensäcke verschlossen.

Der *weibliche* Körperbau ist dominiert von der Umhüllung. Das zeigt sich an einem stärker ausgeprägten Unterhautfettgewebe, das sich in Form von Brüsten verdichtet. Bereitstellung von Nahrung in Form von Fett-Reserven und Nahrungsdrüsen (Brust) prägen den Körperbau. Das weibliche Hauptthema Umhüllung findet sich auch in der Ausbildung der Vagina und ist Hauptaufgabe des Uterus.

Bei weiblicher und männlicher Sexualität stoßen also Kraft und Penetration auf Umhüllung und Aufnahme. Sie bilden den somatischen Rahmen des Erlebens von Sexualität (und natürlich auch der Homosexualität in homomorpher Polarität). Wie wird in diesem Rahmen die spezifische Kraft der Sexualität erlebt? Wenn der Mann die männliche Kraft der Sexualität lebt, dann scheint in ihm das Begehren zu wachsen, mit seiner Kraft, mit seinem Können, mit seiner Geschicklichkeit an den anderen heranzukommen, zu ihm vordringen, ihn oder sie fühlen zu können durch das Brennglas der sexuell erregten Körperkraft. Lebt die Frau die weibliche Kraft in der Sexualität, so scheint sie zunächst einmal gefallen finden zu wollen (Bedeutung der Schönheit und des Schmuckes). Ihre die Sexualität anpeilende Attraktivität scheint durch ihr In-Stimmung-Sein mit sich und mit ihrer Körperlichkeit begründet. Sie will ein sich Wohlfühlen anbieten und anhand des eigenen Wohlfühlens auswählen, was zur eigenen psychisch-körperlichen Resonanz paßt. Grundlage dieser Sexualität scheint das weiblich Umhüllende zu sein, das ein mehrfaches Umhülltsein verlangt: die Stimmung der Situation, in der sich die Frau aufgenommen fühlt, die Umhüllung durch die Beziehung, die Stimmigkeit mit den eigenen Gefühlen und ein gutes Körpergefühl. Darum kann eine Frau wegen eines Kopfwehs die Lust an der Sexualität verlieren, während dies für einen Mann nicht so schnell ein Hindernis ist.

Im Rahmen einer solchen Beschreibung der Sexualität soll ein Umstand, der die phänomenologische Betrachtung beeinflußt, Erwähnung finden, daß nämlich Sexualität immer nur vom männlichen oder vom weiblichen Pol her erlebt werden kann. Man kann sich zwar sehr in das Erleben des heterosexuellen Partners einfühlen, kann sich aber vom Einfluß der eigenen Körperlichkeit nicht ganz lösen. Darin

liegt ein Unterschied in der Erlebnisweise bei homosexuellen Partnern, der in der Überwindung dieser trennenden Barriere einen speziellen Anreiz haben kann.

4. Der sexuelle Leib und die existentielle Bedeutung der Erregung

Da Sexualität nicht einfach nur ein körperlicher Ablauf ist, sondern eine ganzmenschliche Aktivität und ein ganzheitliches Erleben, ist es wichtig, daß wir sie nicht nur vollziehen können, sondern auch verstehen: Welchen Ort nimmt die Sexualität im Leben des Menschen ein? *Wie* erleben wir sie und *was* erleben wir in ihr?

Beginnen wir mit einer ersten Frage über die Beziehung zwischen Sexualität und Körper. Am Körper des Menschen nehmen die Geschlechtsorgane seine *Mitte* ein, gleichermaßen beim Mann wie bei der Frau. Es hat symbolische Bedeutung, daß Sexualität gerade dort stattfindet, wo die zwei Beine zusammenkommen und sich der eine Rumpf bildet, an diesem Übergang von der Bewegung der Beine zur Statik des Leibes. Man könnte aus diesem Ort das grundlegende Streben der Sexualität nach Einswerden herauslesen.

Das Bild kann metaphorisch weitergeführt werden: Auf zwei Beinen ist die Sexualität angesiedelt, mit einem Bein steht sie in der eigenen *Innerlichkeit* und Intimität. Darum verhüllen wir unsere Sexualorgane und empfinden Scham für sie. Mit dem anderen Bein steht die Sexualität im *Außen*, beim anderen, auf den sie wesentlich ausgerichtet ist, und den sie mit der erotischen Ausstrahlung auch anzusprechen versucht.

Sexualität ist Leben im und mit dem Körper, bedeutet seinen Einsatz im Überlassen an sein Eigenleben. In der Sexualität erleben wir daher unser „Eingefleischtsein“ besonders intensiv und lustvoll. Der Bezug zum eigenen Körper, das Leibsein, die *ganzheitliche* Beziehung zwischen Körper, der Psyche und der Person wird in der Sexualität *fühlbar*, wird durch sie auch immer wieder erneuert.

Zugleich sind wir aber nie *nur* Leib. Und was den Leib angeht, *sind* wir nicht nur Leib, sondern *haben* ihn auch als Körper, wie gesagt. Merleau-Ponty sah diese doppelte Repräsentanz des Körpers im sexuellen Kontakt mit dem *anderen* weitergeführt. Weil die Sexualität *zugleich leiblich-durchseelt und objekthaft-versachlichend* ist, kann sie täuschen mit ihrem Janusgesicht, weil sie einmal mehr beziehungsvoll und dann wieder mehr funktional sein kann. So kann Sexualität durch diese Doppeldeutigkeit („ambigüité“ - Merleau-Ponty) verwirren – und verführen. Sexualität hat ständig das Potential, zwischen dieser Subjekthaftigkeit und dem zum Objekt Machen zu oszillieren.

Diese Doppeldeutigkeit des Wesens der Sexualität pflanzt sich in weiteren Themen fort. So ist Sexualität zugleich *Ausdruck des Selbstbezugs* des Menschen, des Mit-sich-selbst-Seins auf der einen Seite. Man ist in ihr ausgerichtet auf das, was man selbst als Leben in sich hat, und ist bestrebt, in sich beheimatet zu sein und sich von der eigenen Vitalität bewegen zu lassen. Dies paart sich in der Sexualität mit einer vitalen Suche nach dem anderen, Komplementären, nach dem, was man nicht hat. Das ist die Seite der *Intentionalität* der

Sexualität. Da ist die Lust am anderen, am Fremden, die Sehnsucht, von sich loszukommen und sich von der Vitalität des anderen bewegen zu lassen. Dies gilt auch für die *Homosexualität*: auch hier ist die Lust auf den anderen, auf das, was man nicht selbst ist. So sind wir in der Sexualität zugleich auf den anderen wie auch auf uns selbst gerichtet.

Eine analoge Doppeldeutigkeit findet sich im übrigen auch in der *Bewertung der Sexualität*, die meistens in einer polaren Gegensätzlichkeit angesiedelt ist. Sexualität steht im Spannungsfeld zwischen Verehrung, Kultivierung, Kult einerseits und Entwertung, Verteufelung, Prostitution andererseits. Durch die Sexualität erscheint die Frau als Heilige und als Hure, wird aus dem Blickwinkel männlicher Begehrllichkeit Dirne, Geliebte und Mutter. Der Mann wird durch die Sexualität zum Pan: halb Tier, halb Mensch; oder er wird ganz zum Tier: in der künstlerischen Darstellung zum Einhorn oder zum Bock, in der Alltagssprache zum Schwein.

Wenden wir uns nun der anderen Frage zu, die sich auf die *Dynamik* bezieht: Was bedeutet die mit der Sexualität verbundene körperliche Erregung für uns? Erleben wir Sexualität mehr als körperlichen Ablauf primär biologischer *Automatismen*, bei denen wir natürlich als Personen, die an den Körper gebunden sind, unaufhebbar mitgenommen werden? Sind wir bei der Sexualität also mehr als Zuschauer dabei? Oder erleben wir sie als etwas *zu mir als Person Gehörendes*, das wir *sind* bzw. mit dem wir uns *identifizieren* und uns in das körperliche Geschehen hineingeben?

Wir können auch ganz einfach fragen: Wie sehr sind wir in der Sexualität *als Personen* involviert? – Wie sieht diese Einheit und Ganzheit des Menschseins in der Sexualität aus – diese Einheit zwischen Körper-Leib, psychischen Kräften und personalem Sein? Wie spielen sie zusammen – welcher Anteil ist mehr dabei, der Körper, die Psyche oder die Person?

Sexualität erleben wir nie als ein Geschehen, das uns nichts angeht. Sexualität läßt sich nie so weit von uns getrennt erleben, daß sie uns nicht berührt, nicht einmal dann, wenn sie abgelehnt und nicht gewollt ist wie in einer Vergewaltigung oder einem Mißbrauch. Selbst dann kämpfen die Opfer damit, daß die Sexualität sie möglichst wenig berührt, und sie werden dennoch traumatisiert. Sexualität ist also *immer ich-nah*, ist der erlebenden Person immer näher als etwa die Verdauung oder der unkomplizierte Herzschlag, was zwar auch zu uns gehört, womit wir aber üblicherweise wenig direkt zu schaffen haben. Sexualität holt uns herein, beschäftigt uns als Ich, läßt uns nicht aus, zieht uns in den Bann wie ein spannender Film, doch spielt sich dieser Film am eigenen Körper und am Körper eines mir nahen anderen in Beziehung zu mir ab.

Wie entsteht diese Ich-Nähe der Sexualität? – Zunächst ist festzustellen, daß wir ohne Zweifel in der Sexualität einen gewissen *Automatismus* in der Erregung erleben. Wir machen die Erregung nicht, verstärken oder schwächen sie allenfalls ab. Sie kommt in uns auf – oder eben nicht. Etwas läuft da ab, zu dem wir nicht direkt Zugriff haben. Dem können wir uns zwar ausgeliefert fühlen, besonders wenn sie nicht so mitspielt, wie wir gerne hätten, oder wenn wir der

sexuellen Begierde eines anderen ausgesetzt sind, auf die wir uns nicht einlassen wollen. Aber was in uns an Erregung abläuft, wird trotz des allfälligen Gefühls des Ausgeliefertseins als „von mir“ – eben als ich-haft – empfunden. Was ist in diesem Erleben enthalten?

1. Im subjektiven Erleben erscheint dieser Automatismus als *tragend* (1. Grundmotivation), manchmal als hinwegtragend. Da ist diese Kraft, auf die wir uns wie auf den Rücken eines Pferdes setzen können – sie nimmt uns mit, trägt uns hinein in eine Beziehung.
2. Wenn wir diese Kraft kommen lassen können, ihrem Aufsteigen Raum geben, dann gibt sich uns der eigene Leib. Es erschließt sich uns eine Fähigkeit, die Kraft steht uns zur Verfügung. In dieser Gelassenheit ist die aufkommende Erregung beglückend, durchströmend, mitreißend. Wir mögen uns in sie hineinbetten, uns in diese Kraft hineinlegen, hineinkuscheln – sie *zieht* uns ohnehin so stark *an* (2. Grundmotivation).
3. Wir erleben Sexualität keineswegs nur in ihrem Ereignischarakter, sondern immer auch als etwas, das wir aktiv wollen, wo wir etwas erleben, bekommen, fühlen, geben wollen. Mal erleben wir mehr das eine, das Nehmen, mal mehr das andere, das Geben. Hier kommt die *Freiheit* der Person in der Sexualität durch, die eigene Entscheidung, die sich mit dem psychischen Verlangen und der körperlichen Erregung paart – und sich auftut auf das Erleben des anderen hin oder mehr im Erleben des Eigenen am anderen bleibt (3. Grundmotivation).
4. Schließlich erleben wir, wie Sexualität im Miteinander aufgeht und etwas *Gemeinsames schafft*, etwas, das nur den beiden gehört, das ihre Intimität begründet. Wer einmal, etwas mit einer anderen Person hatte, der hat ein Geheimnis mit ihr, das nur die beiden angeht. Es ist eine Türe für eine Zukunft aufgestoßen, denn immer wenn sie sich wieder begegnen, ist dieses Geheimnis einer bis ins körperliche vertieften Bezugnahme auf den anderen zugegen, das Gefühl, sich am anderen und im anderen gefühlt zu haben, ein sich in sich selbst und an sich selbst erlebt haben durch den anderen, ein Miteinander gemeinsam erlebt haben. Da ist diese nach außen gekehrte intime Seite des Lebens, die nur einem selbst gehört, aber nicht bei einem bleiben kann, sondern nach außen drängt, im anderen aufgehen will. Und diese Seite, die paradoxerweise nur einem selbst gehört, aber nicht bei einem bleiben mag, diese Seite hat der andere erlebt. Das ist das Geheimnis, das man miteinander teilt und fortan miteinander geteilt wird, dieses Geheimnis des Lebens, das Geheimnis des Fruchtbar-werden-Wollens; das Geheimnis einer tiefen Sehnsucht des Lebens, die wir einander offen gezeigt haben und an einander fühlen konnten (4. Grundmotivation).

So wirkt sich in der Sexualität die Vitalität der Psyche in zweifacher Hinsicht belebend aus: sie ist *selbsterhaltend und arterhaltend*. Sie nährt die eigene Lebensfreude, stärkt die Körperbezüglichkeit und Ganzheitlichkeit, wodurch die Sexualität eine selbsterhaltende Funktion hat. Zugleich ist die Sexualität in die Fortpflanzung eingebunden. Dies bringt die

sen tiefen und belebenden Aspekt der Sexualität besonders deutlich zum Vorschein. Genau an dieser Stelle des gemeinsamen Erlebens von Verleiblichung in der Sexualität kommt die „Fleischwerdung“ der nächsten Generation am nächsten zu unserem Handeln. Das könnte verständlich machen, warum die Fortpflanzung ausschließlich durch Sexualität erfolgt. – So besehen ist die Fortpflanzung nicht der einzige oder höchste Sinn der Sexualität, sondern *eine* Möglichkeit, die dem Wesen der Sexualität entspricht.

5. Das Erleben der sexuellen Kraft

In der Sexualität schlüpfen wir mit der *ganzen psychischen Kraft in das Gewand des Körpers*, ‚fleischen uns ein‘, füllen ihn aus wie einen Handschuh mit der Hand und bewegen uns in ihm und ihn mit uns. Wir treten vermittels des Körpers an den anderen heran, nicht mit Worten, nicht mit Gesten allein, sondern ganz Leib und den Leib des anderen ganz einbeziehend. Dies führt zu einem Erleben von uns selbst (und des anderen im Falle einer partnerschaftlichen Sexualität), das ganz in der Geborgenheit und im Getragensein des Leibes (der Leiber) stattfindet und den anderen ebenso in seiner/ihrer Leiblichkeit erleben läßt.

In diesem ganz Aufgehen im Körper, in diesem leibhaftig Sein, treffen wir auf etwas, das wir als das „*Feuer des Lebens*“ bezeichnen könnten. Wir treffen es in uns selbst wie auch beim anderen an. Wir fühlen jene vitale Kraft, durch die wir sind, die uns gezeugt hat und die uns ein Leben lang trägt. Wir fühlen Leben, fühlen es als Element unseres Daseins, spüren uns ganz auf es bezogen.

Diese Kraft ist auch sonst da, aber sie wird in der Sexualität besonders stark, kommt in uns auf und auf uns zu. Sie wird nicht von uns gemacht. Hier gibt sich das Leben. Wir *sind* diese Kraft, so wie wir Körper, Psyche und Geist sind. Aber wir sind sie nicht nur, sondern *haben* sie auch, haben sie erst noch zu integrieren, einzubauen in unser Gefüge von Werten, analog zur Integration primärer Emotionen in der Personalen Existenzanalyse (PEA – Längle 2000). Wenn wir diese Kraft so verstehen, erleben und uns so auf sie beziehen können, erregt sie bei dem, der sie hat, keine Angst. Wir können sie lieben als ein Geschenk des Lebens.

Weil diese Kraft nicht vom Willen erzeugt wird, entzieht sich ihr Ursprung und erstes Aufkeimen der bewußten Kontrolle. Sie wird aus sich heraus wach, kann stark werden und zur *sexuellen Begierde* anwachsen. So kann ohne äußeren Reiz das Bedürfnis entstehen, diese Kraft wieder mehr zu spüren, von ihr wieder durchflutet zu werden. Kommt solcherart sexuelles Verlangen auf, so sagt es uns zum einen, daß wir den *Lebensbezug* über die Beziehung zum Körper wieder neu erleben sollten, daß wir wieder eine Durchflutung von dieser Kraft brauchen, weil sonst die Lebensfreude, die Beziehung zum Leben abnehmen könnte. Und sie weist uns zum anderen darauf hin, daß wir vom Wesen her auf *Andersheit* angelegt sind. Diese intentionale Gerichtetheit auf Andersheit ist nicht nur ein personaler Wesenszug, er ist auch als vitale Suche in uns verwurzelt, als sexuelle Suche nach dem, was wir nicht selber sind, was nicht aus uns allein ist,

aber zu uns gehört; nach dem Vermißten, das zu uns zwar gehört, das wir aber dennoch nie haben, sondern immer nur antreffen können. Sexuelle Begierde orientiert uns daher nicht nur auf den eigenen Lebensbezug, sondern auch auf den anderen, auf die Übersteigerung des Eigenen, auf die Ergänzung der eigenen Unvollständigkeit. Darin liegt die große Lust, im anderen ankommen zu können, im anderen aufgehen zu können, mit dem anderen im eigenen Lebensgefühl schwingen zu können.

Aber nicht nur aus sich allein heraus kann diese Kraft auftauchen, sie kann auch durch den *Anblick* eines anderen Menschen geweckt oder verstärkt werden, kann in Resonanz geraten, was den Inhalt der Erotik ausmacht. In der Erotik spüren wir, daß das eigene Lebensgefühl in der Verschmelzung der sexuellen Kraft mit der anderen eine Verstärkung und Aufschaukelung erhalten kann.

Was ist die Folge sexuellen Erlebens? – Durch die sexuelle Nähe, durch die Berührung an den Sexualorganen, durch den Austausch von Zärtlichkeit und Begehren, das sich auf die Sexualorgane früher oder später zentriert, verändert sich die Beziehung zwischen diesen Menschen. Man kann diese Veränderung unterschiedlich beschreiben.

Materialisierend gesprochen überträgt sich „libidinöse Energie“, die nun am „Objekt“ der Lust haftet (Freud ließ von der rein materialistischen Energieauffassung in der Traumdeutung ab und begann von einer psychischen Energie zu sprechen – vgl. 1900, S. 512ff).

Lerntheoretisch gesprochen macht man eine Lernerfahrung mit positivem Feedback, was zu einer Konditionierung der sexuellen Abläufe führt.

Persontheoretisch betrachtet entsteht durch die anhaltende Zuwendung und Nähe eine innere Verbundenheit, aus der vielleicht Sympathie oder sogar Liebe erwachsen kann, sollte sie sich nicht schon vor der Ausübung der Sexualität eingestellt haben. Wenn Sexualität positiv erlebt wird, festigt sie Beziehung, ebnet sie den Weg zur Begegnung. Man ist geneigt, in dasselbe Maß von Nähe und Verbundenheit wieder einzutreten, das man schon leiblich miteinander gehabt hat. Es bedarf besonderer Anstrengung, hinter diese Ebene zurückzutreten – was bis in die Trennungsphase eines Paares hineinwirken kann, so daß es paradoxerweise dann währenddessen noch zu besonders intensiver Sexualität kommen kann.

Sexualität stellt somit ein bedeutsames Moment in der Beziehung zwischen Partnern dar. Sie ist Vertiefung, sie verbindet – auch wenn sie allein nicht ausreichend ist für eine gute Beziehung. Beziehungen leben wesentlich aus Begegnungen. Begegnungen setzen eine Haltung voraus, die auf das Du abzielt. Begegnung ist per se nicht sexuell, aber kann natürlich auch in einem sexuellen Dialog stattfinden. Manche Paare können sich am besten oder sogar fast nur in der Sexualität begegnen – diese Beziehungen leiden meistens unter der Reduktion der Begegnungskanäle. Oft wird daher eine Trennung angestrebt, die sich aber schwierig gestaltet, weil die Verbindung auf der averbalen Ebene eng ist. – Wenn die begegnende Haltung auch in der Sexualität realisiert wird, wird sie eine körperlich empfundene und vital gelebte. Dies

ist wahrscheinlich die stärkste und intensivste Form von Begegnung, die uns Menschen zur Verfügung steht, und stellt ein Ideal für partnerschaftliche Beziehung und Ehe dar. Eine Vernachlässigung der Sexualität in einer solchen Beziehung schwächt ihren Boden, nimmt ihr die „Einfleischung“.

6. Ursprung der sexuellen Anziehungskraft

Die sexuelle Kraft kommt aus dem Somatischen, Psychischen und Personalen. Sexualität ist verdichtetes Erleben der Leibeskraft, die sich auf der psychischen Ebene als Verleiblichung der *Lebenslust*, der Begierde zu leben, niederschlägt. Lust wird – und in einem damit die Sexualität – von manchen Menschen deswegen abgewertet, weil sie primär „egoistisch“ ist. Tatsächlich werden auch einige wesentliche Bereiche des Menschseins in der Sexualität nicht gelebt (Dialog, Begegnung, Hingabe an den anderen usw.), wenn es nur um Lust geht. Doch ist andererseits eine Sexualität, die nicht von der Lust getragen wird, ebenso ein Verlust eines wesentlichen Bereiches des Menschseins, durch den das Leben verarmt. Lust hat auch die besondere Qualität, daß sie eine vitale Basis von Offenheit enthält, nämlich einer Offenheit für sich selbst. Hier sehen wir einen Aspekt der menschlichen Einheit aus der Nähe. *Lust* empfinden zu können setzt auch eine *geistige Haltung* voraus: eben diese Offenheit, die eine *Beziehung zu einem selbst* ermöglicht. Die Bereitschaft zur Zuwendung zu sich selbst ist eine Voraussetzung für Lust. Es können diese Gefühle nicht aufkommen, nicht eintreten in ein zu lebendes Leben, wenn sie nicht gewollt werden, aufgegriffen werden. In der Lust ist eine ursprüngliche Offenheit für sich selbst enthalten! Lust und Gefühle sind Geschenke aus der Beziehung zu sich selbst.

Gerade dann, wenn ein Mensch sonst keine so offene Beziehung zu sich selbst hat, kann sich durch die Sexualität ein Zugang zu sich auf tun. Mir scheint, daß sich Männer in puncto offene Beziehungen zu sich selbst eher schwerer tun als Frauen. Das scheint mir der wichtigste Grund zu sein, warum Männer „immer nur das eine wollen“, wie man Umgangssprachlich witzelt, und mehr nach Sexualität streben als Frauen und – in Realisierung der männlichen Körperlichkeit – dies auch mit mehr Kraft und Drang tun.

Auf der *personalen Ebene* stammt die Attraktivität der Sexualität aus einer syntonen Haltung zum Leben, aus einem Leben-Wollen, aus einer *Freude am Leben*. Wenn diese Lebenshaltung auf einen anderen Menschen trifft, der dieselbe Haltung teilt, der auch gerne lebt und sich öffnen und geben mag, kann die sexuelle Attraktivität geradezu zum Bann werden. Ein großes Gefallen stellt sich ein, ein sich nahe fühlen, was besonders stark in der Liebe erlebt wird (darum wird dieses starke sexuelle Gefühl manchmal auch mit Liebe gleichgesetzt). Dieser Bann stammt aus einem Fühlen, daß der andere erreichbar und zugänglich ist. Die sexuelle Attraktivität steigert sich noch, wenn die eigene, gefühlte Lebensfreude ein Bedürfnis ist, das beim anderen auf dasselbe Bedürfnis nach Erreicht-Werden trifft. Es stellt sich eine eigene Wellenlänge ein, ein Feld, in dem es funkelt und blitzt wie bei

Klimts Gemälde vom Kuß, wo in der beiderseitigen Offenheit die Menschen verschmelzen, sich in eins gießen. Diese Form der Vereinigung ist verbunden mit dem Gefühl, daß wir einander gut tun und ebenso uns selbst.

Ist die Offenheit nicht gegeben, oder wird sie nicht mehr gesehen, nicht mehr gefühlt unter dem Staub des Alltags, wird sie nicht wieder – vielleicht leidvoll – immer wieder errungen, so daß wir das Glück und die Schönheit des Erreichens und Erreicht-Werdens wieder empfinden können, dann verliert der Partner seine sexuelle Attraktivität.

7. Die Potentiale der Sexualität – was erschließt die Sexualität?

Eine Frage, die in jeder Gesellschaft und Kultur ihr eigenes Verständnis hat, ist die nach dem *Sinn von Sexualität*. Um was geht es in der Sexualität? Wofür ist sie geschaffen, für was ist sie gut? Wofür setzen wir sie ein und wollen wir sie einsetzen?

Hier sind viele und unterschiedliche Verständnisse im Umlauf. Zwei gegensätzliche Verständnisse sollen als Beispiele dienen. Im klassischen Verständnis der katholischen Kirche (Katechismus) dient sie einzig und allein der Fortpflanzung. Sexualität, die nicht offen ist für Fortpflanzung, ist Sünde (vgl. die Enzyklika ‚*Humanae vitae*‘ von Paul VI). – Ein konträres Verständnis der Sexualität lebte die 68er Generation. Für sie war Sexualität der Anfang des Kapitalismus, des Besitz-Strebens. Daher war frei gelebte Sexualität ohne Bindung und Anspruch an den anderen eine Notwendigkeit, um das Übel des Kapitalismus an seiner Wurzel zu packen und auszurotten.

Die Existenzanalyse als phänomenologische Richtung verschreibt sich nicht Weltanschauungen oder Ideologien, sondern schaut auf das subjektive Erleben und auf das, worin sich Sexualität zeigt. Auf dieser Grundlage wird nach einem der eigenen Person und Situation angemessenen Umgang gesucht. – Schauen wir nun phänomenologisch noch einmal auf die Sexualität, diesmal unter dem Blickpunkt der Potentiale, die sie uns erschließt.

1. Sexualität ist, wie wir schon im Zuge der Ausführungen wiederholt festgestellt haben, aufs engste mit dem Körper verbunden. Es gibt keine Sexualität unter Umgehung des Körpers und seiner Sinne. Sexualität scheint u.a. diese Funktion zu besitzen: die (eigene wie andere) *Körperbezüglichkeit zu intensivieren* und (den anderen wie sich selbst) in der physischen Lebensperspektive antreffen zu können.
2. Sexualität ist durch ihre körperliche Basis immer auch mit *Sinnlichkeit* verbunden, vor allem mit den Nahsinnen wie Tasten, Schmecken, Riechen. Sehen und Hören spielen in der *Erotik*, also in der Anbahnung der Sexualität, eine große Rolle. Diese Sinnlichkeit ist eng an die Lebenslust gekoppelt, ist mit dem Gefühl des Im-Körper-Seins und der Beziehung zu der den Körper beseelenden psychischen Kraft verbunden. Über die Sinnlichkeit bringt uns die Sexualität eine *Erneuerung des Lebensgefühls*, des vitalen Daseins. Dies drängt nach Nähe, nach Einswerdung – be-

ginnend mit der eigenen Leiblichkeit bis hin zur Verschmelzung mit dem anderen über die Vermittlung beider Körper. Daß dabei ein Oszillieren zwischen Subjektsein und Objektsein immer möglich ist, sei hier nur am Rande nochmals erwähnt.

3. Sexualität wird auch immer als *Intimität* empfunden. Wir umhüllen sie daher mit *Scham*. Sexualität enthält etwas ganz Eigenes von uns selbst, das dem Partner angeboten wird, und nicht eine Sachlichkeit. Mit diesem Eigenen setzen wir uns aber auch aus, was uns besonders *verletzlich* macht. Sexualität bedarf darum des *Schutzes*. Damit es nicht kalte Mechanismen sein müssen, die den nötigen Schutz bieten, ist eine personale, *liebende Beziehung* der beste Ort, in dem Sexualität eingebettet sein kann. Das Eigene, Intime, dieses sprachlose Lebensgefühl und die tiefe, vielleicht nie aussprechbare Haltung zum Körper, zum Leben, zu sich und zu dem, was werden soll, die in dieser Tiefe eine Mischung aus Bedürftigkeit und Überfluß ist, aus Geschehnis und Wollen, und die uns selbst letztlich ein unerschlossenes, aber immer neu zu erschließendes Geheimnis ist – all das wird in der Sexualität gelebt, gegeben, gezeigt. Der andere weiß nun darum, hat es am eigenen Leib gefühlt, hat diese Intensität zu fühlen bekommen, seinen Charakter, seinen Geruch. Es bildet fortan ein *Geheimnis der beiden*. Sie hatten sich die Möglichkeit gegeben, sich darin zu erkennen, und sie erkannten, „daß sie nackt waren“, wie es in der Bibel archaisch heißt. Ein „Geheimnis“ ist es, denn dieses Zeigen galt nicht jedermann, sondern hatte einen *Adressaten*: der Mensch, dem man sich hingegeben hat, und darum gehört es nur den beiden. Das bedeutet, daß es einen nichts angeht, was der eigene Partner in der Sexualität mit einer anderen Person erlebt hat. Das soll in jener Beziehung bleiben, in der es gelebt wurde; es wäre ein Verrat am anderen und an der „gemeinsamen Sache“. – Sexualität, die in Gruppen praktiziert wird, hat daher einen anderen Charakter. Sie ist mehr am Pol der *Versachlichung* angesiedelt und auf das Selbst-Erleben ausgerichtet als jene Sexualität, die eine Intimität wahr.
4. An die Sexualität ist die Möglichkeit der *Fortpflanzung* gebunden. Was hat das zu bedeuten – wie ist das zu verstehen? – Sexualität hat in ihrem Wesen das Potential, *fruchtbar* zu werden. Sie ist *offen für Neues*, kann etwas zeugen, das es vorher nicht gegeben hat; etwas, das nur aus dem Zusammenspiel mit einem anderen entstehen kann. Sind es anfangs diese oben genannten Punkte, weitet sich das Spektrum in der Dauer der sexuellen Beziehung. So öffnet sich die Dyade wieder auf etwas Drittes hin, klassischerweise auf ein Kind. In diesem dritten übersteigen sich beide und geben sich auch schon wieder ab an das, was durch sie werden kann. Eine neue Schicht des Lebens pflanzt sich auf die alte auf. Diese wesenhafte Fruchtbarkeit der Sexualität findet sich auch in der Homosexualität oder bei Paaren, die keine Kinder bekommen können. Auch da ist die Tendenz wahrzunehmen, daß sich diese Paare gemeinsam auf etwas Drittes hin öffnen, worin beide aufgehen können: in einer gemeinsamen Idee, in der Kunst, im Sport, im Sozialen usw.

Durch diese grundsätzliche Offenheit auf ein Neues, anderes, gemeinsam Geschaffenes kann die Sexualität zur *Dauerhaftigkeit* einer Beziehung beitragen. Fehlt ein solcher gemeinsamer Kontext, dann hat die Sexualität mehr passageren Charakter und weniger verbindliche Kraft. Hier knüpft auch die *soziale* Rolle der Sexualität an.

Diese phänomenologische Analyse dessen, was mit der Sexualität verbunden ist, führt uns ein vierfaches Potential vor Augen, das die *Themen der Grundbedingungen der Existenz* im Lichte der Sexualität spiegelt. Sexualität hat so gesehen das Potential, uns in mehreren Dimensionen zu öffnen: uns mit dem körperlichen Dasein enger zu verbinden (1. Grundmotivation), uns den Lebensbezug zu vertiefen (2. Grundmotivation), Schaffen einer gemeinsamen Sache (3. Grundmotivation) und uns auf Neues, Zukünftiges hin zu öffnen (4. Grundmotivation). Das könnten wir als die Form ansehen, wie sich der Mensch als „sexuelles Subjekt“ hervorbringt, nach der Foucault suchte und das ihm nach seinen Angaben mehr Schwierigkeiten bereitete als die Beschreibung des Menschen als wissenden oder normativen Menschen (Rosenfeld 1986, 75).

8. Ort der Sexualität in der Existenz

Wir wollen uns abschließend noch einigen Fragen stellen über das Gewicht der Sexualität in unserem Leben. Beginnen wir mit der Frage nach dem Vorherrschen der Sexualität im täglichen Leben. Wann leben und erleben wir Sexualität? Sind wir immer sexuelle Wesen, immer sexuell aktiv, mehr oder weniger bewußt?

Wir sollten das Verständnis der Sexualität nicht verwässern, und sie dadurch übermächtig und allgegenwärtig machen, oder sie verniedlichen und als das Gewöhnlichste der Welt hinstellen.

Das *psychoanalytische* Konzept der Sexualität scheint durch die Überdehnung des Begriffs der Sexualität überzogen. Wenn alle Motivation „libido“ ist, also sexuelle Energie oder Streben nach sexueller Lust, dann wird Sexualität zu einer alles durchwirkenden, allgegenwärtigen Kraft, die ob ihrer verdrängten und daher unbewußten und unerkannten Wirkung eine magische Bedeutung erhält. Dann wäre hinter jedem Sprechen, Essen, Denken Sexualität verborgen, und es würde dem Menschen in seinem Leben nur um Sexualität gehen.

In dieser Auffassung liegt m.E. eine Verwechslung bzw. Gleichstellung von Sexualität und Emotionalität vor. Dies ist naheliegend, ist doch die Emotionalität ebenfalls sehr stark körperbezogen. Aber sich beziehen, Nähe empfinden zu einem selbst, zu einem Kind, zu den Eltern ist nicht in jedem Fall sexuell motiviert in dem Sinne, daß eine Aktivierung der Sexualorgane ersehnt wird. Sehr wohl aber will man Gefühle leben und den anderen Menschen auch in seiner Körperlichkeit sehen und erleben. Eine erweiterte Auffassung von Libido als körperlich begründete Fähigkeit, sich zu beziehen, läßt die ausschließliche Anbindung an die Sexualität hinter sich, ohne sich von ihr zu weit zu entfernen, weil diese Fähigkeit der Sexualität zugrunde liegt.

Die meiste Zeit erleben wir uns nicht als sexuelle Wesen. Es gibt klare Situationen, in denen die sexuelle Potenz aktiviert ist, wie es auch klare Situationen gibt, in denen es in keiner Weise um eine Aktivierung oder Bezüglichkeit zu den Sexualorganen oder der sie begleitenden Lust geht, etwa wenn wir ein Buch lesen, ein Gespräch führen, im Garten arbeiten. In solchen Fällen spielen die Sexualorgane keine Rolle – jedoch kann die Geschlechtlichkeit, also die Zugehörigkeit zum einen oder anderen Geschlecht, in viel mehr Situationen spürbar sein, etwa wenn es um das Fühlen geht oder um das Heben einer Last. So ist das Erleben der Geschlechtlichkeit häufiger anzutreffen als jenes der sexuellen Potenz. Es scheint, daß aber auch das Erleben der Geschlechtlichkeit nicht durchgängig vorhanden ist, sondern in vielen Situationen unerschwinglich klein ist oder gar völlig verschwinden kann. Denke ich über eine mathematische Aufgabe nach, wird mir das nicht das Gefühl des Mannseins oder Frauseins wecken, weil diese Eigenschaft dabei nicht aufgerufen ist. Üblicherweise erleben wir die Geschlechtszugehörigkeit vor allem im Kontrast zum anderen Geschlecht und in der Aktivierung der Geschlechtlichkeit in der Sexualität. Ansonsten dominiert die Adaptation an den Leib und an das Geschlecht, so daß das Erleben der Geschlechtlichkeit als das „Normale“ empfunden wird, eben als „Ich“ und nicht als Mann oder Frau.

Die Sexualität soll aber auch nicht *idealisiert* werden und nur als Öffnung auf das Du angesehen werden. Sexualität hat diese Seite wesenhaft in sich, aber auch die andere der Verobjektivierung – sie ist eben ambigüité.

Wir müssen Sexualität *bewerten*. Sie enthält viel Potential und immer auch die Möglichkeit der Versachlichung. Sie wird daher von jeder Gesellschaft und Öffentlichkeit kontrolliert. Jede Zivilisation hat ihre Formen, die das sexuelle Leben des einzelnen regeln. Sexualität ist daher immer gesellschaftlich bewertet und kulturell aufgefangen.

Weil Sexualität zerstören kann, wird sie auch psychologisch *klassifiziert*. Es ist wichtig, daß wir auch von abnormaler Sexualität und von Perversion sprechen. In diese Klassifizierungen geht natürlich viel zeitgeschichtliches, kulturelles Verständnis ein (vgl. den Wandel des Verständnisses der Homosexualität in den letzten Jahrzehnten). Es ist eben eine Entscheidung, wie wir Sexualität leben wollen, und da mit der Sexualität meistens auch andere Menschen einbezogen werden, redet die Öffentlichkeit mit. Schädlich wird die Sexualität, wenn sie den anderen nicht respektiert, sondern Gewalt, Verführung, Mißbrauch, Schmerzen, Töten einsetzt, wenn sie in unreifem Alter erfahren wird, wenn sie kombiniert wird mit Mitteln, die eine Begegnung verhindern und den Menschen ganz auf der Ebene der Versachlichung festhalten, wie es bei der Perversion der Fall ist.

In dieser Abgrenzung zeigt sich die *Not*, in die uns die Sexualität drängen kann. Sexualität ist auch deshalb ernst zu nehmen, weil sie uns zum Täter, zum Verbrecher werden lassen kann, und weil dies oft genug auf eine so subtile Weise geschehen kann, daß sie einer Öffentlichkeit und damit einer Korrektur lange oder überhaupt verborgen bleiben kann.

Die Leidensformen der Sexualität zeigen uns aber auch

auf, daß leidfreie, leidensarme oder erfüllende Sexualität woanders angesiedelt ist. Wenn wir erfüllende und nicht Leiden verursachende Sexualität als die gesunde ansehen, dann sagt uns die Perversion, daß diese Form dem menschlichen Wesen nicht entspricht. Und die Sexualstörungen geben zu erkennen, daß die Struktur der Sexualität nicht nur im Beisich-Sein liegt, sondern ein Sich-öffnen-Können verlangt, ein Sich-Hineingeben, ein Freiwerden, ein gemeinsames Fruchtbarwerden.

In der Sexualität *drängt das Leben zur Existenz*. – Sexualität will gepflegt werden, denn sie enthält einen Schatz. Sexualität will verstanden werden, weil sie zerstören kann. Sexualität will entgegengenommen werden, weil das Leben sie braucht. Diese Lebensspannung drängt nach Vollzug, nach Realisierung, nach Einfleischung:

der *Körper* will seine Immanenz in sich und seine Transzendenz im anderen;

die *Psyche* will auf der Woge der Begierde schweben, verstärkt durch den anderen und *seiner* Woge der Begierde;

die *Person* will in ihrer Ganzheitlichkeit ankommen, ihr Leben in Empfang nehmen wie auch vom anderen aufgenommen werden und ihn in Empfang nehmen.

Diese Ganzheit öffnet sich auf etwas Gemeinsames, das durch diese Art des Zusammenkommens Dauer will, „tiefe, tiefe Ewigkeit“, wie Nietzsche im Zarathustra (vierter Teil, Lied 12) über die Lust sagte. So enthält Sexualität bereits *Existenz im Keim*: die Lust am Selbstsein und die Lust, sich auf Andersheit zu beziehen. Unser Verhältnis zur Existenz

kann damit zwar nicht als sexuell bezeichnet werden, aber die Sexualität im Keim als existentiell! – So trägt Sexualität das Potential zu mehr Menschsein in sich. Mit all ihren Abwegigkeiten und Fallstricken ist Sexualität ein Weg zur Fülle der Existenz.

Literatur

- Foucault M (1984) *L'Usage des plaisirs*. Paris: Gallimard
Freud S (1900) *Die Traumdeutung*. Leipzig, Wien: Deuticke. In: Studienausgabe Bd. II, Frankfurt, Mensch: Fischer (2000)
Grøn A (2002) Maurice Merleau-Ponty: Leiblichkeit und Geschichte. In: Hügli A, Lübcke P (Hg) *Philosophie im 20. Jahrhundert*, Bd. 1. Reinbek: Rowohlt, 487-496, 4°
Hügli A, Lübcke P (Hg) (2002) *Philosophie im 20. Jahrhundert*, Bd. 1. Reinbek: Rowohlt, 4°
Jaspers K (1971) *Psychologie der Weltanschauungen*. Berlin: Springer, 6°
Längle A (2000) *Personale Existenzanalyse*. Wien: Fakultas
Marcel G (1954) *Sein und Haben*. Paderborn: Schöningh
Merleau-Ponty M (1966) *Phänomenologie der Wahrnehmung*. Berlin: de Gruyter
Nietzsche F (2006) *Also sprach Zarathustra*. Ein Buch für alle und keinen. München: Goldmann
Rosenfeld U (1986) *Die Lust des freien Mannes*. In: *Psychologie heute* 9, 73-75

Anschrift des Verfassers:
Dr.med.Dr.phil. *Alfried Längle*
Ed. *Sueß-Gasse 10*
A-1150 Wien
alfried.laengle@existenzanalyse.org

IMPRESSUM

Medieninhaber, Herausgeber und Hersteller:
GESELLSCHAFT FÜR
LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYSE-International (GLE-Int.)
GESELLSCHAFT FÜR
LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYSE-Österreich (GLE-Ö)
GESELLSCHAFT FÜR
EXISTENZANALYSE UND LOGOTHERAPIE in Deutschland e. V. (GLE-D)
INTERNATIONALE GESELLSCHAFT FÜR
EXISTENZANALYTISCHE PSYCHOTHERAPIE SCHWEIZ (IGEAP-CH)

Chefredaktion: Dr. S. Längle
Stellvertretung: Mag. K. Steinert
Redaktion: Dr. F. Lleras, Dr. Astrid Götz, G. v. Kirchbach, Ian Lindner
Landesredakteure: Ö – Mag. U. Reischer; D – Mag. G. Bonnaker-Prinz; CH – Lic. Phil. B. Heitger
Redaktion: Eduard-Sueß-Gasse 10; A - 1150 Wien
Tel.: 0043/1/9859566 Fax 0043/1/9824845; e-mail: gle@existenzanalyse.org
Layout und Satz: Sabine Wutschek
Druck: Druckerei Glos, Semily (CZ)

„EXISTENZANALYSE“ ist das offizielle Organ der Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse-International (GLE-Int.) und erscheint 2x jährlich. Die GLE ist Mitglied der Internationalen Gesellschaft für Psychotherapie (IFP), der European Association of Psychotherapy (EAP), des Österreichischen Bundesverbandes für Psychotherapie (ÖBVP), der Internationalen Gesellschaft für Tiefenpsychologie e.V. Stuttgart, der Wiener Internationalen Akademie für Ganzheitsmedizin, der Martin-Heidegger Gesellschaft e.V. und des Verbandes der wissenschaftlichen Gesellschaften Österreichs (VWGÖ). Die GLE ist nach dem österreichischen Psychotherapiegesetz, der Schweizer Charta, der Berner Gesundheitsdirektion, der tschechischen und rumänischen Gesundheitsbehörden als Ausbildungsinstitution zum Psychotherapeuten anerkannt. Veröffentlichte, namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht immer die Meinung der Redaktion wieder. © by Intern. Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse.

OFFENLEGUNG NACH § 25 MEDIENGESETZ

Medieninhaber ist zur Gänze die Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse, Eduard-Sueß Gasse 10, A-1150 Wien. Die Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse ist ein gemeinnütziger Verein im Sinne der Bundesabgabenordnung. Dem Vorstand gehören folgende Personen an:

Präsident: DDR. *Alfried Längle*. Stellvertretende Präsident: Dr. Christoph Kolbe. Schriftführerin: lic.phil. *Brigitte Heitger*. Stellvertretende Schriftführerin: Dr. *Silvia Längle*. Kassier: Dr. *Christian Probst*. Stellvertr. Kassier: Dr. *Rudolf P. Wagner*.

Grundlegende Richtung: „EXISTENZANALYSE“ ist das offizielle Mitteilungsblatt der Internationalen Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse. Die grundlegende Richtung der „EXISTENZANALYSE“ besteht in der Information der Mitglieder des Vereins über die Wahrnehmung und Förderung ihrer gemeinsamen wissenschaftlichen, beruflichen, sozialen und wirtschaftlichen Belange durch die Redaktion, den Vorstand der Gesellschaft und der Mitglieder untereinander.

Wenn der Sex zur Sucht wird...

Godela von Kirchbach

Der Artikel erörtert grundlegende Aspekte der Sexsucht und schildert die Pathogenese, Erscheinungsform und Therapie eines Falles von Sexsucht. Dabei werden die Kriterien für Sucht hervorgehoben, existenzanalytisch betrachtet und auf typische Gefährdungen und Abläufe im Zeitalter von Internet und Cybersex verwiesen.

Schlüsselwörter: Don-Juan-Komplex, Liebessucht, Nymphomanie, Sexaholismus, sexual addiction, Sexsucht

This article presents basic aspects of sexual addiction and describes the pathogenesis, manifestation and therapy of an individual case. Criteria for addiction are highlighted and discussed from an existential-analytical point of view, and typical dangers and developments in the times of the internet and cybersex are referred to.

Key words: affective addiction, Don-Juan-complex, nymphomania, sexual addiction, sexaholism

1. Einleitung

In einer der ersten Szenen von Mozarts berühmter Oper „Don Giovanni“ zeigt Don Giovanni Diener Leporello einer sitzen gelassenen Eroberung seines Herrn, Donna Elvira, das Verzeichnis, das er von Don Giovanni's amourösen Abenteuern verfasst hat. Darin beschreibt er das Liebesverhalten seines Herrn folgendermaßen:

„Junge Dame, das ist das Register der Schönen, die mein Herr liebte: ein Register, das ich angefertigt habe; seht, lest mit mir. In Italien sechshundertvierzig, in Deutschland zweihunderteinunddreißig, hundert in Frankreich, einundneunzig in der Türkei, aber in Spanien sind es schon tausendunddrei. Unter ihnen sind Bäuerinnen, Kammerzofen und Bürgerinnen, es gibt hier Gräfinnen, Baronessen, Freifrauen und Prinzessinnen, es sind Frauen jeden Standes, jeder Gestalt und jedes Alters. Bei der Blonden pflegt er die Anmut zu loben; bei der Brünetten die Beständigkeit; bei der Blassen die Sanftheit; die Mollige liebt er im Winter, im Sommer begehrt er die Schlanke, die Grosse ist majestätisch, die Kleine ist immer lieblich; die Älteren erobert er nur, um das Register zu füllen; seine stärkste Leidenschaft ist jedoch die junge Anfängerin. Es ist ihm gleich, ob sie reich, ob sie hässlich oder schön ist; wenn sie nur einen Rock trägt – ihr wisst schon, was er macht.“ (Da Ponte 1787, 4)

Eine weniger personale Haltung zur Sexualität kann man sich kaum vorstellen. Es geht hier lediglich um die körperlichen und sozialen Qualitäten der Frauen und um Don Giovanni's eigenes, narzisstisches Selbstbild als erfolgreicher Verführer. Im Zentrum stehen er und sein Genuss, nie die Frau, das Gegenüber.

Als im weiteren Verlauf der Oper Don Giovanni's Diener Leporello das Verhalten seines Herrn zu verwerfen und gefährlich wird, fordert er diesen auf, von den Frauen zu las-

sen. Don Giovanni antwortet indigniert:

„Von den Frauen lassen? Dummkopf! Weißt du nicht, dass sie für mich wichtiger sind als das Brot, das ich esse, als die Luft, die ich atme?“ (ebd. 1) Die Frauen sind ihm also wichtiger als die lebenserhaltende Nahrung oder Luft. Schon der Gedanke, sie aufzugeben, erscheint ihm nicht nur unmöglich, sondern absurd.

Bekanntlich führt Don Giovanni's Verhalten zum Tod eines Unschuldigen, zum Unglück Donna Elviras und ihrem Eintritt in ein Kloster; es bringt die Hochzeit des Bauern Masetto mit seiner Zerlina fast zum Scheitern, und es lässt schließlich Don Giovanni selbst in die Hölle fahren. Wir finden bereits hier einige charakteristische Merkmale von Sucht, nämlich das Craving, die gesteigerte Dosis, sowie die beherrschende Stellung der Sucht im Leben trotz ihrer zerstörerischen Wirkung (vgl. DSM IV, 223ff).

2. Der Begriff der „sexual addiction“ oder Sexsucht

Die Figur des Don Giovanni oder Don Juan ist literarisch und im Film immer wieder verarbeitet worden. Sie repräsentiert ein Phänomen, das so verbreitet und typisch ist, dass es im Deutschen den Begriff des Don-Juan-Komplexes für die unablässige Jagd nach wechselnden Liebesabenteuern und Eroberungen gibt. Bei der Frau heißt dasselbe Phänomen Nymphomanie, was entsprechend gesellschaftlichen Auffassungen von männlicher und weiblicher Sexualität wesentlich negativer besetzt ist. Dennoch ist dieses Phänomen im deutschsprachigen Raum immer noch weniger als Suchtverhalten bewusst als z.B. im englischsprachigen Raum, wo man von sexual addiction spricht und wo z.B. die Tatsache, dass der bekannte Schauspieler Michael Douglas sich in eine Klinik zur Behandlung seiner Sexsucht begeben hat, nicht auf Unverständnis oder Befremden stößt.

Sexual Addiction, mit Sexsucht übersetzt, meint aber nicht nur den Don-Juan-Komplex oder Nymphomanie, sondern jede Form von Sexualverhalten, die Suchtcharakter trägt. Der Begriff „Sexsucht“ ist auch wegen der unterschiedlichen und diskriminierenden Bewertung der Bezeichnungen von Don-Juan-Komplex und Nymphomanie vorzuziehen. Geprägt wurde der Begriff „sexual addiction“ von Dr. Patrick Carnes in den USA 1983 mit seinem Buch „Sexual Addiction“, das in späteren Ausgaben umbenannt wurde in: „Out of the Shadows. Understanding Sexual Addiction.“ (Carnes 1983) Man spricht auch von „Sexaholismus“. Wie bei der Spiel- oder der Kaufsucht handelt es sich um eine stoffungebundene Sucht. Der Sexsucht eng verwandt, und mit gleitenden Übergängen verbunden, ist die so genannte affective addiction, die Liebessucht, wo es eher um die beständige Jagd nach Zuwendung und Bestätigung durch Geliebtwerden geht.

Jedoch taucht Sexsucht weder im ICD10 noch im DSM IV auf. Die Frage stellt sich also umso dringlicher, ob wir es hier tatsächlich mit einer Sucht zu tun haben. Eine klare eigene Antwort darauf ist wichtig für das Verständnis und die Therapie der betroffenen Patienten, für die es auch hilfreich ist, ihr Verhalten gegebenenfalls als Sucht zu verstehen. Z.B. zeigt die Erfahrung, dass im Fall einer Komorbidität mit einer stoffgebundenen Sucht oft nur letztere erkannt und behandelt wird. Häufig intensiviert sich in der Folge die Sexsucht und wirkt umso zerstörerischer im Leben des Patienten, oder es kommt zu Rückfällen in die stoffgebundenen Suchtformen, wenn sie eigentlich eine Folge der Sexsucht darstellen, wie bei Alkohol oder Drogen als enthemmende oder schamüberdeckende Mittel. Da die Spirale des Suchtverhaltens häufig zu Depressionen führt, ist es wichtig, die tiefere Ursache, bzw. die tiefstliegende Sucht zu erkennen und zu therapieren.

3. Der Fall E: Pathogenese

Ich werde nun versuchen, Sexsucht anhand einer Fallgeschichte aus meiner eigenen Praxis zu veranschaulichen. Es handelt sich dabei um einen 30jährigen Franzosen, dessen Verhalten nicht das eines Don Giovanni war, aber mir in vieler Hinsicht charakteristisch für die Sexsucht und die heutigen Gefahren insbesondere zu sein scheint.

Er kam im März 2003 zu mir in Therapie. Er war damals dreißig Jahre alt und arbeitete als promovierter Jurist in einer internationalen Organisation. Er war verheiratet und hatte zwei kleine Jungen. Sein Äußeres war gepflegt, sein gesamtes Auftreten wirkte kultiviert, und er hatte eine gewählte Diktion. Er klagte darüber, dass er zwar das Gefühl habe zu existieren, aber nicht, wirklich da zu sein. Er beobachte sich selbst wie von außen und könne vieles gar nicht mehr richtig empfinden. Wenn er z.B. einen Keks esse, von dem er weiß, dass dieser ihm normalerweise gut schmeckt, empfinde er gar nicht mehr den erwarteten Genuss. Deswegen sei er in tiefe Zweifel gestürzt. Es gebe Momente, in denen er sich wohl fühle, aber er sei nie wirklich in Kontakt mit dem, was

passiert. Angefangen habe diese Gefühlstaubheit als bewusst gewählter Abstand von sich selbst und seinen Empfindungen während der Abfassung seiner Doktorarbeit, aber dann habe er nicht mehr zurückgekonnt. Im Mai 2002 hatte er eine andere Frau kennen gelernt und eine intensive Beziehung zu ihr entwickelt. In der Beziehung zu dieser Frau fühle er sich ganz präsent. Das sei sonst nur bei seinen beiden kleinen Söhnen und in seiner Arbeit der Fall. Es stelle sich jetzt die Frage nach der Fortsetzung dieser Außenbeziehung, aber die könne er in seinem jetzigen Zustand der Empfindungsschwäche gar nicht beantworten.

Bereits in der ersten Sitzung kam auf meine entsprechende Frage zur Sprache, dass er seit früher Kindheit viel gelogen habe. Das Lügen sei nicht in die Richtung von Rollenspiel gegangen, sondern eher dahin, zu experimentieren, Reaktionen zu testen und sich als Individuum zu finden. Auch heute sei es so, dass der äußere Rahmen ihn nicht wirklich definiere. Darüber kam er auf sein sexuelles Verhalten zu sprechen. Er erzählte, er habe zahlreiche homosexuelle Beziehungen gehabt, bei denen er dachte, er könne sie pflegen, ohne innerlich wirklich präsent zu sein und ohne, dass sie sein Leben berührten. Das sei natürlich nicht möglich. Das alles kam wie beiläufig im Zusammenhang mit meiner Frage nach Lügen zur Sprache.

Die zweite Sitzung begann er damit, dass das Problem des Lügens ihn sehr beschäftigt habe. Denn in seiner Ehekrise konnte er, nach allen seinen Lügen, auf die Fragen seiner Frau keine befriedigenden Antworten mehr geben. Für sie beide stellte sich die Frage, wer er eigentlich sei. Bisher habe er Entscheidungen in seinem Leben immer eher nach dem Motto getroffen: warum nicht? Auch bei seiner Studienwahl und Doktorarbeit sei das so gewesen, aber dort habe er im Laufe der Zeit Freude und Engagement entwickelt und am Ende auch elf bis zwölf Stunden pro Tag gearbeitet. Er stellte sich selbst die Frage, wie es ihm mit den vielen Lügen noch relativ gut gehen konnte. Wahrscheinlich sei das der Fall gewesen, weil er Unaufrichtigkeit, Ausflüchte und Ausreden für normal hielt. Allerdings litt er in Zeiten von besonders vielen Lügen an Ekzemen.

Wir finden hier schon zwei Charakteristika, die Johannes Rauch und Astrid Görtz in ihrer Arbeit mit Suchtkranken beschrieben haben. Das eine ist die auffälligste Gemeinsamkeit, nämlich die Suche nach sich selbst. (Rauch, Görtz 1993) Das zweite Charakteristikum lässt sich, wie ich noch ausführen werde, auch bei E beobachten, nämlich die mangelnde Erfahrung im Wesen erkannt werden zu sein (ebd. 34), besonders in den Jahren des Heranwachsens.

Er beschreibt selber die Atmosphäre in seinem großbürgerlichen Elternhaus als kalt und gefühllos, und in seinen Schilderungen wurde der narzisstische Charakter der Familienidentität deutlich. Sein Vater war Bankier, die Mutter arbeitete als Expertin für Personalfragen. Die drei Söhne wurden weitgehend von einem strengen und geradezu grausamen Kindermädchen erzogen. Offensichtlich mit Einwilli-

gung der Eltern wurden die Kinder zur Strafe regelmäßig mit einem nassen Handtuch geschlagen. Außerdem wurde E wiederholt zur „Beruhigung“ unter die kalte Dusche gestellt, die ihn tatsächlich seine Gefühle nicht mehr spüren ließ. E erinnert sich an keine einzige Zärtlichkeit mit seiner Mutter, obwohl sie heute davon redet. Der Vater hatte eine Hierarchie von Strafen, die mit Schnipsen auf das Ohr anfangen und über Ohrfeigen bis zum Schlagen mit dem Gürtel reichten. E empfand dabei die Demütigung als schlimmer als die körperlichen Schmerzen. Die Kränkung erzeugte in ihm große Wut; er brütete dann stundenlang vor sich hin, verfluchte den Vater und dessen Vorfahren, aber konnte davon nichts ausdrücken. Das tötete, nach seinen eigenen Worten, die innere Person. Er meint, damals habe ein Prozess der Desinkarnation, der Entfleischlichung angefangen, in dem er die Fühlung mit sich selber verlor. Mit sechs Jahren setzte er sich ein Messer an den Bauch, ritzte sich, bis das Blut kam, um mit dem Tod zu experimentieren. Er hörte auf, als es zu sehr schmerzte. Der Vater erklärte ihm ausdrücklich, dass E keinerlei Rechte habe und seine Wünsche nicht zählten. Er drückte also deutlich den Mangel an Respekt vor der Person des Kindes aus. E meinte, es habe zwischen den Eltern und ihm keinerlei Kontakt mit einer gegenseitigen Resonanz gegeben. Wir sehen hier einen deutlichen Mangel auf der zweiten Grundmotivation und eine Verletzung auf der dritten schon von frühester Kindheit an. Zuwendung wurde wenig gegeben, und der Grundwert von E war nicht gefestigt (vgl. Längle, Probst 1993). Ein Mangel an Zuwendung und individueller Wahrnehmung zeigt sich immer wieder in den Kindheitsgeschichten von Betroffenen (vgl. Hunter 1987).

Wann E's Interesse an Sexualität bewusst anfing, lässt sich nicht mehr feststellen. Im Alter von neun Jahren rief er in einer Bar mit Prostituierten an, um herauszufinden, wie das dort war. Mit ca. zehn Jahren fand er Pornographie im Schlafzimmer seiner Eltern und war davon so fasziniert, dass er sich das fortan täglich anschaute. Ein solches frühes sexuelles Erleben ist häufig bei Sexsüchtigen zu beobachten (Mäulen 2004). E zeigte das pornographische Material auch seinen Freunden und stieg dadurch in seinem Ansehen. Mit zwölf oder dreizehn verteidigte der Vater offen seine Untreue und bezeichnete sie als vollkommen normales Verhalten für einen Mann. In der Pubertät nutzte E das französische Minitel, ein Vorläufer des Internets, um erotische Nummern anzurufen. Später ging er auf den Computer und das Internet über. Bereits mit siebzehn war ihm klar, dass sein Verhalten außer Kontrolle geriet, und er wandte sich an seinen Vater. Von dem bekam er die Antwort, dass dieses Verhalten für einen Jungen normal sei. Er erhielt also nicht die erstrebte Hilfe, sondern eher Ermutigung in seinem, von ihm selbst als anomal und unkontrollierbar empfundenen Verhalten.

Andererseits verurteilte der Vater aber den Großvater, weil dieser die Großmutter für eine andere Frau verlassen hatte. Das Verhalten des Großvaters und seine Entscheidungen wurden von der Familie nicht akzeptiert und schlichtweg ignoriert, soweit das trotz dessen neuer Familie möglich war.

Der Großvater nahm z.B. an den sonntäglichen Familienessen und sonstigen Familienfesten mit der Großmutter weiterhin teil, aber immer ohne seine neue Frau und ohne seine Kinder aus zweiter Ehe. Wir sehen hier ein Muster der Unehrlichkeit und der Verdrängung über Generationen hinweg, das sich bei E's Eltern ihm gegenüber wiederholen sollte. Ehrlichkeit und Offenheit waren in der Familie weniger erstrebenswert als der intakte Schein.

E's Aktivitäten weiteten sich aus, von Kontakten im Internet und Besuchen von Chat Rooms, zu virtuellem Sex und schließlich realen, anonymen Verabredungen mit Frauen und Männern. Diese Treffen geschahen in einer solchen Anonymität, dass er oft noch nicht einmal das Gesicht seines Sexualpartners gesehen hatte. Darin wird ganz deutlich, wie sehr es ihm ausschließlich um die Wirkung der sexuellen Handlung ging und wie abwesend jedes personale Element war, was ebenfalls charakteristisch für Sucht ist (Längle, Probst 1993). E hatte seine erste homosexuelle Begegnung interessanterweise zu Beginn seiner Beziehung zu seiner späteren Frau. E sagte dazu, das sei eigentlich kein qualitativer Sprung von den virtuellen Kontakten her gewesen, nur die Gefahr und der Einsatz seien größer gewesen. Wir sehen hier ein weiteres Charakteristikum der Sucht, nämlich dass die notwendige Dosissteigerung auch durch erhöhte Gefahr erreicht werden kann. E meinte selber, nur ein Schutzengel habe ihn vor den dabei eingegangenen Gefahren schützen können. Aber auch bei diesen Kontakten scheint es eine spezifische Art der Abspaltung gegeben zu haben. Denn E meinte einmal, er habe sich manchmal gefragt, was eigentlich passieren würde, wenn er einen seiner anonymen Sexpartner im normalen Leben wiedererkenne. Auf meine Frage hin stellte es sich heraus, er habe dabei gar nicht an die Möglichkeit gedacht, dass er selbst auch hätte erkannt werden können. So wenig waren ihm seine Sexpartner Subjekte oder personale Gegenüber.

4. E's Erleben

E beschrieb das, was er bei den sexuellen Kontakten empfand, mit den Worten: „Das bin ich. Dazu bin ich fähig, und das ist doch gar nicht so schwerwiegend. Ich bin nicht nur das, was ihr seht.“ Anfangs sei der Wunsch da gewesen, seine eigenen Grenzen zu testen und sich als stark und mächtig zu fühlen; später habe er sich wie ein Drogensüchtiger auf der Suche nach dem nächsten Schuss gefühlt, und hinterher empfand er immer Befreiung von einer Spannung. Er verspürte den Wunsch, zu verschwinden und suchte dessen Erfüllung in der Ekstase. Die Homosexualität war in diesen Erlebnissen frei von jeder Erotik und gleichbedeutend mit Anonymität und Sucht nach Spannungsabbau. Es gab da in ihm eine Spannung, die stieg und unbedingt befriedigt werden musste. Beim Ausagieren erlebte er seine Macht und Kraft, aber hinterher kamen die schlechten Gefühle, der Katzenjammer. Bei einem Gespräch über seine Herkunftsfamilie sagte er einmal, in den homosexuellen Begegnungen habe er Milde und Süße gesucht, weibliche Elemente, die in seiner Familie

fehlten. Hier finden wir etwas, das spezifisch für die Sexsucht sein kann. Die erste Form zärtlicher Zuwendung erlebt der Säugling körperlich in der liebevollen und aufmerksamen Pflege der Mutter oder der Hauptbezugsperson. Wenn diese nicht in hinreichendem Maße geschieht, kann das dazu führen, dass immer weiter danach unbewusst und suchtartig gesucht wird. Die amerikanische Psychiaterin Charlotte Kasl meint dazu, dass sexuell süchtige Erwachsene im wesentlichen Kinder seien, die in erwachsenen Körpern versteckt seien und hungrig nach Eltern suchen, von denen sie bedingungslos geliebt werden (Davis, Kasl 1989, 113).

Andererseits sagte E, er habe das so erlebt, als sei das alles gar nicht wirklich. In dieser Lüge habe er sich selber verloren. Im April 1998 erlebte er einmal einen klaren Moment, in dem er spürte, wie er dabei war, sich zu verlieren. Da hatte er Angst, als Person zu verschwinden und nur noch als Hülle zu bleiben. Er versuchte in einem vergeblichen Selbstheilungsversuch, diese Leere mit Familienleben aufzufüllen, und innerhalb der nächsten drei Monate fiel die Entscheidung für das erste Kind. Die vergrößerte Familie veränderte aber nicht grundlegend das Gleichgewicht in seinem Leben, sondern verminderte nur vorübergehend sein sexuelles Doppelleben.

Trotz dieses offensichtlichen Suchtverhaltens meinte E einmal, es habe doch auch immer einen Moment der bewussten Entscheidung gegeben, z.B. zum Computer zu gehen und Kontakte zu suchen. Dann aber auch noch die Verabredungen tatsächlich einzuhalten, das sei nicht immer geschehen. Manchmal sei er unterwegs noch umgekehrt. Auch das verstehe ich als Ausdruck dessen, dass er diese Handlungen gegen seinen personalen Willen vornahm. Aber nur selten gelang ihm ein Sieg der Person über die Sucht.

Die Pathologie wurde als Reaktion auf seine Einsamkeit im kalten Milieu des Elternhauses entwickelt und stellte ein Ventil gegen dessen starke Normen dar. Der Mangel an Beziehung bewirkte ein Defizit an Gefühlen und selbst empfundenen Werten, das auf der zweiten existenzanalytischen Grundmotivation anzusiedeln ist und den Nährboden für die Pathologie darstellte. Auch das hatte Tradition in der Familie. Seine beiden Großmütter, also auch jene, die von dem Großvater verlassen worden war, hatten im mittleren Alter schwere Depressionen mit Krankenhausaufenthalt.

E's Beziehung zu seiner eigenen Frau war, ihm selber lange unbewusst, ohne emotionalen Tiefgang. Sie hatte ihn mit ihrer Vitalität und Spontaneität angezogen, die im angenehmen Gegensatz zur Kälte und steifen Konventionalität des eigenen Elternhauses standen. Im Verlauf der Therapie wurde aber klar, dass ihre Beziehung eigentlich eher etwas Kameradschaftliches oder Geschwisterliches hatte als wirklich Partnerschaftliches. Einen tiefen Austausch gab es nicht, stattdessen lebten sie in einem konfliktfreien, symbiotischen Modus, der für E nur durch sein Doppelleben aushaltbar war. Er meinte, er habe sich dort eine leidens- aber auch emotions-

lose Existenz geschaffen. Deswegen habe ihn auch nie der Gedanke erschreckt, seine Frau möglicherweise verlieren zu können.

Die Frau selbst bestärkte ihn in seinen narzisstischen Tendenzen. Sie selber kam ebenfalls aus einer problematischen Familie mit einem alkoholsüchtigen Vater und lernte dort koodependentes Verhalten, bei dem der Erhalt der Beziehung wichtiger war als alles andere. Als E ihr im Verlauf der Therapie sein Doppelleben eingestand, reagierte sie viel weniger geschockt als erwartet und meinte schließlich, sie könne das hinnehmen, wenn sie nur so weiterlebten wie vorher. Sie akzeptierte die Entwicklung nicht, die er in der Therapie durchgemacht hatte und riet ihm wiederholt, den Therapeuten zu wechseln. Ihre Reaktion und die seiner Eltern signalisierten ihm, dass seine gesamte Familie unbedingt die Ehe und damit den schönen Schein erhalten wollte, auch um den Preis seiner Sucht. Das ließ ihn sich unverstanden und einsam fühlen und stürzte ihn wiederholt in Zweifel, ob er sich wohl auf dem richtigen Weg befinde. Um so wichtiger und hilfreicher war es für ihn, eine Selbsthilfegruppe zu finden.

Charakteristisch für die Entstehung von Sexsucht heute ist häufig die Benutzung des Internets zum Anfachen und Ausleben der Sucht. Dort ist die Beschaffung von allem möglichen pornographischen Material, aber auch die Kontaktnahme in Chat Rooms unter Wahrung der Anonymität und in scheinbarer Sicherheit sowie ohne große Kosten möglich, ja wird einem geradezu aufgedrängt. Die Eingangsschwelle ist damit niedrig und gerade für Jugendliche leicht zu überschreiten.

5. Die Therapie

Zur Therapie lässt sich Folgendes sagen. Zu Beginn war es wichtig, dass E die Sucht beschrieb und benannte und dadurch mehr Selbstdistanz bekam. Das half ihm, sein Doppelleben und die Abspaltung allmählich zu überwinden. In unseren Gesprächen wurde wiederholt angesprochen, wie schädlich das ständige Lügen nicht nur in Beziehung zu anderen, sondern auch für die Person selber ist. Er meinte von sich aus, durch das viele Lügen hätte er nach einer Weile nicht mehr gewusst, was wahr sei, und er habe vor allem den Kontakt mit der eigenen Person verloren. Meiner Ansicht nach ist das Lügen ein Symptom von Störung und fördert diese auch, denn es wirkt einer Integration und damit der Heilung entgegen. Wir sprachen immer wieder über E's Lügen, die er selber einmal als einen Panzer bezeichnete, in dem er steckte.

Im Verlauf der Therapie wagte er immer mehr Offenheit bis zum vollkommenen Eingeständnis seines Doppellebens gegenüber seiner Frau im Oktober 2003. Er fühlte sich danach nackt und verletztlich. Nachdem er sich aber zu seiner Wahrheit bekannt hatte, konnte er mit einer Phase dreimonatiger Abstinenz beginnen, die er selber definierte. Er wollte darin keinerlei sexueller Aktivität nachgehen, auch nicht onanieren oder pornographischen Gebrauch vom Internet machen. Diese

Abstinenz erlaubte es ihm, mit der Spannung in sich und mit seinen Gefühlen in Kontakt zu kommen bzw. zu klären, wer er ist und mit seiner süchtigen Seite Fühlung aufzunehmen (vgl. Längle, Probst 1993). Das wurde von ihm als sehr heilsam empfunden. Er begann, seine Spannung als Sehnsucht nach Wärme und Zärtlichkeit zu erkennen und wahrzunehmen.

Einmal beschrieb er den in der Abstinenz stattfindenden Prozess so, als entferne er allmählich ein Stück Holz, das in seiner Seite steckte und ihn lähmte. Es herauszuziehen war schmerzhaft, aber auch notwendig und heilsam. Im Dezember schrieb er auf, was ihn in der Versuchung zum Ausagieren so stark reizte. Dadurch schärfte er sein Bewusstsein für gefährdende Situationen, konnte wiederkehrenden Versuchungen leichter widerstehen. In dieser Zeit litt er unter Einsamkeit, zumal er sich von seiner Frau getrennt hatte und ausgezogen war. Er begann, zu viel zu essen und zuzunehmen. Bei den Treffen mit seiner Frau kamen jedes Mal die sexuellen Gelüste wieder, und er realisierte, dass die wenig personale, aber symbiotische Beziehung zu ihr und seine anonymen Begegnungen ein Gleichgewicht gebildet und einander bedingt hatten. Deswegen hielt er in der Folge wechselnden Abstand zu seiner Frau, seiner jeweiligen Gefühlslage entsprechend. Er merkte zudem, welche Freizeitaktivitäten er wirklich gerne hatte, welche Kontakte lohnende Begegnungen darstellten und welche nicht. Seine Beziehung zu seinen Kindern intensivierte und verbesserte sich, wohingegen sich die Distanz zu seinen Eltern vergrößerte. Er betrieb Sport und bekam sein Essen bald wieder unter Kontrolle. Außerdem nahm er die Beziehung zu seiner Freundin vorsichtig wieder auf, weil er bei ihr unverstellt sich selbst sein und sich präsent fühlen konnte. Er beendete nach drei Monaten plangemäß seine sexuelle Abstinenz, aber lebte danach „nüchtern“, wie man es hinsichtlich des Suchtverhaltens ausdrücken würde. Das heißt, es kam in keinen sexuellen Eskapaden zum Ausagieren von Spannung.

Gegen Ende der Therapie beurteilte E den anonymen Sex als Vergewaltigung, als einen Missbrauch seines eigenen Körpers. Er erschrak noch nachträglich bei dem Gedanken, wie leicht er auf dem gefährlichen Weg der Gewalt noch weiter hätte gehen können. Die Therapie ließ ihn Sex ohne Gefühl als nicht mehr wünschenswert empfinden. Offensichtlich fand eine bedeutende Entwicklung auf der dritten existenzanalytischen Grundmotivation statt. Aber auch nach der Therapie blieb die Versuchung weiter bestehen, er bleibt – wie der trockene Alkoholiker – ein nüchterner Sexsüchtiger.

Abschließend lässt sich zu E sagen, dass seine Sexsucht zwar stark ausgeprägt war und zerstörerisch in seinem Leben wirkte, aber dank seines starken Intellekts und seines Reflektionsvermögens bemerkte er selber die Verschlechterung seines Lebensgefühls und suchte therapeutische Hilfe, bevor ein vollständiger Kontrollverlust und/oder größere gesundheitliche oder finanzielle Schäden eingetreten waren. Seine Motivation lag in der Diskrepanz zwischen dem tieferen An-

liegen der Sucht, nämlich dem Erleben der eigenen Vitalität (vgl. Längle, Probst 1993) und ihrer tatsächlichen, langfristigen Wirkung, nämlich einem Verlust an Erlebnisfähigkeit. Je mehr diese Einbuße rückgängig gemacht wurde, desto mehr wurde er auf seinem Weg der Heilung bestätigt und gestärkt.

6. Zusammenfassung

Sexsucht entwickelt sich in der Regel in folgenden Schritten:

- ständig zunehmendes Interesse an sexueller Aktivität, das andere Interessen verdrängt,
- Kontrollverlust, d.h. früher gefasste Vorsätze werden durchbrochen,
- Fortsetzung dieses negativen Verhaltens trotz schädlicher Konsequenzen,
- progressiver Verlauf mit Toleranzentwicklung und Dosissteigerung,
- Craving,
- (psychische) Entzugserscheinungen,
- drohender oder tatsächlicher Zusammenbruch.

In der Therapie sollte ein Therapeut hinsichtlich einer möglichen Diagnose von Sexsucht in folgenden Fällen hellhörig werden:

- bei alkohol- und medikamentenabhängigen Menschen und
- bei sexuellem Missbrauch,
- bei einer Sexualisierung jeglichen Kontaktes,
- bei sexuell bedingten Schwierigkeiten am Arbeitsplatz,
- bei akuten Partnerschaftskrisen,
- AIDS sowie
- bei Hinweisen von Angehörigen.

Die Prävalenz wird sehr unterschiedlich angegeben, da umfassende Erhebungen fehlen. Sie reichen von Angaben im Promille-Bereich bei Buddeberg, über 1-3% bei Mäulen bis zu 3-6% der erwachsenen Bevölkerung bei Patrick Carnes. Bei allen wird aber das Verhältnis von Männern zu Frauen als 4:1 eingeschätzt (Mäulen 2004).

Wie bei allen Suchtformen muss auch auf die Bedeutung der Arbeit mit den Angehörigen verwiesen werden.

Um zu Don Giovanni zurückzukehren: Dieser fährt am Ende zur Hölle, weil er nicht bereut, sondern sein sündiges Leben bejaht. Sein Untergang ist in der ethischen Verurteilung begründet. In der Oper aber entsteht der Eindruck – unterstützt durch die Musik, dass er dieses Leben genossen hat. Ja, es erregt fast so etwas wie Neid: Wenn man doch auch ein Leben mit dieser Fülle führen könnte. Genau das ist aber beim Sexsüchtigen nicht der Fall. Er genießt nicht, sondern erlebt nur vorübergehendes Nachlassen der Spannung oder eines sonstigen Leidensgefühls. Davor und danach erlebt er jedoch in der Sucht schon die Hölle. Ihm fehlt aber, typisch für das Suchterleben, die Kraft, damit aufzuhören, ja er glaubt kaum, dass das überhaupt möglich ist. Da sind weder Neid noch moralische Verurteilung angezeigt, sondern therapeutische Hilfe. Das Pathos, das Wüten und die Ideali-

sierung der männlichen Sexualität tendieren dazu, das Leid des Süchtigen zu verdecken. Aber ohne Einfühlungsvermögen für die Einsamkeit, die Scham und Verzweiflung des Süchtigen kann Sexsucht in ihren unterschiedlichen Erscheinungsformen nicht wirklich als Sucht verstanden und dem Süchtigen nicht geholfen werden.

Literatur

- Carnes P (1983) Out of the Shadows. Understanding Sexual Addiction. Center City, Minnesota: Hazelden
Da Ponte L (1787) Don Giovanni. Deutsche Grammophon 1974
Davis Kasl C (1990) Women, Sex and Addiction. New York: Harper and Row
Diagnostisches und Statistisches Manual psychischer Störungen. DSM-IV (2001) Göttingen: Hogrefe, 40
Hunter M (1987) Hope and Recovery. A Twelve Step Guide for Healing from Compulsive Sexual Behavior. Center City, Minnesota: Hazelden

- Längle A, Probst C (1993) Was sucht der Süchtige? Beweggründe und Ursachen aus existenzanalytischer Sicht. In: Süchtig Sein. Entstehung, Formen und Behandlung von Abhängigkeiten. Wien: GLE-Verlag
Mäulen B (2004) Süchtiges sexuelles Verhalten. In: www.aerztegesundheits.de/sex1.htm,
Rauch J, Görtz A (1993) Erfahrungen aus dem klinischen Alltag mit Suchtkranken. In: Süchtig Sein. Entstehung, Formen und Behandlung von Abhängigkeiten. Wien: GLE-Verlag

*Anschrift der Verfasserin:
Mag.phil.Godola von Kirchbach
Schönbrunner Allee 15/2
A-1120 Wien
g.vonkirchbach@gmail.com*



Alfried Längle **Sinnvoll leben** Eine praktische Anleitung der Logotherapie Salzburg: Residenz Verlag 2007

Das schon mehrfach aufgelegte Buch liegt nun in einer völlig überarbeiteten Ausgabe vor. Der inhaltliche Aufbau und die ins Auge springende graphische Gliederung sollen den Leser anleiten mit sich selbst zu seinen Lebensfragen ins Gespräch zu kommen und Antworten für sich persönlich nutzbar zu machen.

Verführbarkeit zur Homosexualität

Ingo Zirks

*Der Autor setzt sich mit der Frage auseinander, inwiefern die sexuelle Orientierung beeinflussbar ist und kommt zu dem Schluss, dass diese zumeist schon früh in der menschlichen Entwicklung festgelegt zu sein scheint. Frankls Position wird dargestellt und zunächst problematisiert. Die existenzanalytische Anthropologie verweist jedoch darauf, dass der Mensch Person ist und durch diese sich mit seiner Sexualität auseinandersetzt. Er erlebt sich mit seinem Angesprochensein durch andere Menschen und kann sich im Rahmen seiner sexuellen Orientierung entscheiden, wie er mit sich und den anderen umgeht.
Schlüsselwörter: Anthropologie, Existenzanalyse, Homosexualität, sexuelle Orientierung*

The author states that sexual orientation normally cannot be changed over the live span. It seems to be determined in early childhood. However, there is some evidence of a certain variability. Frankl's ideas about homosexuality are presented and critically examined. The anthropology of Existential Analysis opens the perspective to a human being that deals with his or her sexual orientation within the limitations determined by the „person“.

Key words: anthropology, Existential Analysis, homosexuality, sexual orientation

1. Einleitung

Die Frage, ob man zur Homosexualität verführt werden kann, taucht immer wieder auf, wenn Erwachsene in erzieherischer oder therapeutischer Funktion mit Minderjährigen zu tun haben. Genauer gesagt, dieses Vorurteil taucht vor allem dann auf, wenn homosexuelle Erwachsene mit Minderjährigen zu tun haben. Sie werden verdächtigt, irgendetwas zu tun, das die zuvor angeblich heterosexuelle Orientierung des Minderjährigen in eine homosexuelle verändern könnte. Der Junge würde dann schwul oder das Mädchen lesbisch.

Und um dieses gleich zu Anfang klarzustellen:

Wenn Erwachsene mit minderjährigen Kindern und Jugendlichen eine sexuelle Beziehung eingehen und dieses noch dazu in einem Abhängigkeitsverhältnis geschieht, ist dieses als Missbrauch zu ahnden – egal, ob es sich um einen heterosexuellen oder homosexuellen Erzieher, Priester oder Therapeuten handelt. Die Frage, ob homosexuelle Erwachsene eher als heterosexuelle dazu neigen, mit Minderjährigen intim zu werden, kann verneint werden (Wiesendanger 2001). Schwule und Lesben sind genauso wenig an Kindern in sexueller Hinsicht interessiert, wie es gesunde Heterosexuelle sind.

Hinter dieser Frage nach der Verführbarkeit steht jedoch häufig die Annahme, dass die sexuelle Orientierung durch andere Menschen veränderbar sei. Inwieweit diese Annahme stimmt, ist nicht ganz eindeutig zu beantworten, da die Forschungsergebnisse dazu unterschiedlich sind und man

letztlich ein komplexes Zusammenwirken von bio-psycho-sozialen Komponenten annimmt.

Eine weitere Frage wäre dann, welche Folgen es hätte, wenn die sexuelle Orientierung tatsächlich veränderbar wäre. Sollte es dann das Ziel sein, die sexuelle Orientierung – in der Regel die homosexuelle – zu verändern? Das hängt davon ab, wie wir die heterosexuelle und homosexuelle Orientierungen bewerten bzw. ob wir sie einfach als gleichwertig ansehen, denn dann wäre eine Änderung – in welche Richtung auch immer – nur noch als Phänomen und in seiner individuellen Bedeutung für den konkreten Menschen interessant.

2. Hilfreiche Unterscheidungen und Definitionen für das Verständnis der psychosexuellen Entwicklung

Wir bedürfen einer Terminologie, die es uns ermöglicht, uns den unterschiedlichen Aspekten dieses Fragenkomplexes zu nähern.

Eine erste Unterscheidung muss gemacht werden zwischen einem homosexuellen Verhalten (bzw. einem Verhalten, das mit Homosexualität assoziiert wird) und der homosexuellen Geschlechtsidentität.

Für den Bereich der Geschlechtsidentität hat der Entwicklungspsychologe Mertens (1992) die folgenden Definitionen zusammengefasst, die für unser Thema von Bedeutung sind:

Die Geschlechtsidentität wird als Oberbegriff im Sinne einer komplexen Struktur verstanden, die sich wiederum zusammensetzt aus der Kern-Geschlechtsidentität, der Ge-

schlechtsrolle und der Geschlechtspartnerorientierung.

Die *Kern-Geschlechtsidentität* stellt das „primordiale, bewusste und unbewusste Erleben dar, entweder ein Junge oder ein Mädchen bezüglich seines biologischen Geschlechts zu sein“ (Mertens 1992, 24). Diese Kern-Geschlechtsidentität entwickelt sich ab der Geburt des Kindes auf Grund eines komplexen Zusammenwirkens von biologischen und psychischen Einflüssen. Diese ist gegen Ende des zweiten Lebensjahres als „(relativ) konfliktfreie Gewissheit etabliert“ (ebd.). Diese innere Gewissheit lässt sich selbst unter den schwersten psychischen Belastungen nicht mehr erschüttern.

Die *Geschlechtsrolle* ist ein weiterer Bestandteil der Geschlechtsidentität. Sie bedeutet, dass sich Jungen wie Jungen und Mädchen wie Mädchen erwartungsgemäß benehmen. Die Prägung dieser Rollen geschieht vor allem während der frühen, aber auch späteren Sozialisation des Kindes und ist stark von der jeweiligen Kultur abhängig, in der das Kind aufwächst (Rauchfleisch 2002).

Die *Geschlechtspartnerorientierung* bezieht sich auf das „bevorzugte Geschlecht des Geschlechts- oder Liebespartners“ (Mertens 1992, 26). Diese ist wiederum Resultat der Kern-Geschlechtsidentität, der verinnerlichten Rolle samt unterschiedlicher Vorstellungen zu Homo-, Bi- und Heterosexualität und durch die Erfahrungen mit den Eltern und deren Umgang miteinander (Rauchfleisch 2002).

Für die Ausbildung der Geschlechtsidentität sind die erotischen und sexuellen Phantasien in der späten Kindheit und in der Jugend von großer Bedeutung und führen zu einem Bewusstsein der eigenen sexuellen Präferenz bei den Adoleszenten (Rauchfleisch 2002).

Rauchfleisch resümiert, „dass die sexuelle Orientierung eines Menschen, inklusive seiner Geschlechtspartnerorientierung, einerseits eine mehr oder weniger *dynamische, variable Größe* darstellt, andererseits aber aus Gründen der innerseelischen Ökonomie und der Eingebundenheit in soziale Bindungen auch eine *überdauernde Stabilität* aufweist. Zeitlebens entfaltet sich das konkrete Leben eines Menschen in diesem Spannungsfeld zwischen Änderung und Beständigkeit“ (Rauchfleisch 2002, 31).

3. Die Entstehung des bzw. der Homosexuellen als soziale Konstruktion

Homosexuelles Verhalten gibt es bei unzähligen Spezies des Tierreichs (Sommer 1993). Auch beim Homo sapiens haben wir seit Menschengedenken Berichte über homosexuelle Verhaltensweisen. Unterschiedlichste Gestaltungs- und Beziehungsformen werden beschrieben (Rauchfleisch 2002, Lautmann 1993).

Wurde homosexuelles Verhalten im Mittelalter als Sünde angesehen, so wurde es mit der Säkularisierung zunehmend als Verbrechen und als Geisteskrankheit aufgefasst (Wiesendanger 2001). Der Begriff „Homosexualität“ tauchte erst 1869

zum ersten Mal auf, der Begriff „lesbisch“ wird erst seit Anfang des 20. Jahrhunderts benutzt. Das Auftauchen dieser Begriffe zu dieser Zeit verwundert nicht, da sexuelle Themen „seit Mitte des 19. Jahrhunderts Konjunktur“ hatten (Lautmann 1993, 18).

Der Sexualforscher Hirschfeld entpathologisierte die Homosexualität und sah in ihr eine natürliche Variante der sexuellen Orientierung. Er konnte sich die innerseelische Struktur nur dichotom mit den Begriffen ‚weiblich‘ und ‚männlich‘ denken. So konnte er „sich nicht von der Vorstellung vom Männlichen in der frauliebenden Frau und vom Weiblichen im mannliebenden Mann trennen“ (Rauchfleisch 2002, 18). Diese Vorstellung ist heute noch weit verbreitet. Damit verbunden ist eine Abwertung des angeblich weiblichen homosexuellen Mannes und der männlichen Lesbe. Die ganze Varianz, wie Lesben und Schwule tatsächlich in Erscheinung treten, geht dabei zugunsten einer Stereotypisierung verloren.

Der amerikanische Sexualforscher Kinsey ging nach der Durchsicht einer großangelegten Untersuchung von einer dynamischen Ausgangslage aus, indem er von einem „breiten Spektrum sich nicht selten innerhalb kurzer Zeit ändernder Verhaltensmuster ausging“ (Rauchfleisch 2002, 20). In 11.000 Interviews konnte er den Nachweis erbringen, dass es fließende Übergänge zwischen den verschiedenen sexuellen Orientierungen gibt, bei denen Homo-, Hetero- und Bisexualität nur „Kristallisationspunkte auf einem breiten Spektrum“ darstellten (Rauchfleisch 2002, 19).

Seit etwa 1970 können wir von der Ausbildung einer selbstbewussten lesbischen wie schwulen Identität ausgehen.

Als Geburtsstunde der schwul-lesbischen Bewegung wird der erste offene Widerstand von Schwulen in New York gegen die Repressalien der Staatsgewalt angesehen. Diese Bewegung fand seinen Namen durch das Schwulenlokal „Stonewall“ (Braun 2000).

Die homosexuelle Identität wird von einem Individuum erst allmählich entwickelt. Sie ist immer auch „Resultat einer aufwendigen Arbeit“ (Lautmann 1993, 26). Damit vollzieht „jemand auf der individuellen Ebene die moderne gesellschaftliche Konstruktion der Homosexualität nach“ (Lautmann 1993, 26). Somit ist die Kultur diejenige, die eine schwule und lesbische Identität hervorbringt.

Dieses gilt jedoch nur für den Bereich der westlichen Industrienationen (Lautmann 1993). Auf Surinam gibt es beispielsweise das Phänomen des Mati-ismus, einem Familienmodell, in dem zwei Frauen in einer Lebensgemeinschaft leben, sexuell miteinander verkehren, aber durchaus auch Kontakte mit Männern haben. Sie haben jedoch keine lesbische Geschlechtsidentität als Selbstverständnis entwickelt (Wekker 1993). Ähnliches gilt für einige muslimische Gesellschaften, in denen Männer homosexuell verkehren dürfen, solange sie nicht den rezeptiven Part übernehmen.

4. Biologische Entstehungsthesen

Die Frage, ob Homosexualität angeboren oder erworben ist, war in der historischen Diskussion insofern von Bedeu-

tung, als es die Homosexuellen „entschuldigte“, wenn er mit dieser Anlage bereits zur Welt gekommen wäre. Alles was natürlich ist, so eine volkstümliche Annahme, habe seine gute Berechtigung (Sommer 1993). Sexualforscher wie Magnus Hirschfeld und K.H. Ullrichs mussten die Homosexualität als eine natürliche Variation darstellen, um eine Entpathologisierung und Entkriminalisierung einzuleiten (Dannecker 1997).

Ein weiterer Aspekt bezieht sich auf die potentielle Veränderbarkeit der sexuellen Orientierung. Wenn der Mensch schon hetero- oder homosexuell auf die Welt kommt, dann muss das Entscheidende pränatal geschehen sein. Eine spätere Veränderbarkeit soll damit ausgeschlossen sein. Dieser Gedanke unterschätzt jedoch deutlich den Einfluss der Interaktion zwischen den Erbanlagen des Individuums und seiner Umwelt.

Durch alle Kulturen hindurch und über alle Zeiten hinweg hat es homosexuelle Verhaltensweisen und Geschlechtspartnerorientierungen geben. Dieses spricht für eine genetische Komponente. Es wird das Vorhandensein von „schwulen oder lesbischen“ Genen angenommen. Diese Gene sind jedoch bisher nicht identifiziert worden, auch wenn es erste Schritte in diese Richtung gibt (LeVay 1994).

Für eine genetische Komponente spricht das Vorhandensein einer familiären Häufung von Homosexuellen in einer Familie. LeVay zitiert unterschiedliche Zwillingsstudien, in denen bei einer überdurchschnittlich hohen Anzahl von eineiigen Zwillingen beide Geschwister homosexuell sind. „Alles in allem deuten diese Zwillingsstudien darauf hin, dass die sexuelle Orientierung des Mannes stark, aber nicht völlig, von genetischen Faktoren abhängt. Das gleiche gilt auch für die Frau.“ (LeVay 1994, 159)

Evolutionsbiologisch gesehen machte Homosexualität dann einen Sinn, wenn sie sich als vorteilhaft für das Weiterbestehen einer Art herausstellte, d.h. wenn sich aus ihr ein Selektionsvorteil für die Spezies ergab. Es wird angenommen, dass sich Menschen mit einer homosexuellen Geschlechtsorientierung weniger häufig fortpflanzen als heterosexuelle Menschen, bei denen die Befriedigung sexueller und intimer Bedürfnisse mit der Fortpflanzungsfunktion direkt zusammenhängt. Deshalb sollte man annehmen, dass sich das vermutete „homosexuelle Gen“ von selber ausdünnte, da es weniger weitergegeben wurde. Tatsache ist jedoch, dass dieses bisher nicht geschehen ist, bzw. dass es weitere biologische oder andere Faktoren geben muss, die zu einer homosexuellen Orientierung führen.

Aus der Perspektive der Evolutionsbiologie muss sich jedoch nicht immer das einzelne Individuum fortpflanzen, um sein Genmaterial weiterzugeben. In der Tierwelt gibt es das extreme Beispiel der Arbeiterinnen in Ameisen- und Bienenstaaten. Die Weibchen verzichten „auf jegliche Sexualität und mühen sich stattdessen unaufhörlich damit ab, ihrer Königin bei deren ununterbrochenem Fortpflanzungsgeschäft beizustehen“ (LeVay 1994, 29). Dieses altruistische Verhalten ge-

schieht im Dienste der Verwandtenselektion (engl. kinselection).

Auf den Menschen übertragen heißt dieses: Das homosexuelle Individuum, das sich nicht fortpflanzt, könnte den reproduktiven Erfolg seiner Geschwister durch seine Unterstützung erhöhen, so dass diese deutlich mehr Nachkommen großziehen könnten (LeVay 1994).

Der deutsche Endokrinologe G. Dörner ist davon überzeugt, dass die sexuelle Orientierung von einer pränatalen Interaktion zwischen Sexualhormonen und Gehirn abhängt. Er geht davon aus, dass „Homosexuelle im Verlauf der Embryonalentwicklung mehrmals ungewöhnlich niedrigen Androgenkonzentrationen ausgesetzt sind, was eine Entwicklung der hypothalamischen Schaltkreise in die weibliche Richtung auslöst“ (LeVay 1994, 175). Zweitens nimmt er an, dass der mütterliche Stress zu bestimmten Zeiten der Schwangerschaft zu Hormonschwankungen führt. So gibt er an, dass unmittelbar gegen Ende oder während des Zweiten Weltkrieges mehr homosexuelle Söhne geboren wurden als zu Friedenszeiten. Entsprechende Versuchsreihen mit Ratten waren nicht replizierbar, und die Stresstheorie konnte ebenfalls nicht aufrecht erhalten werden.

5. Psychologische Thesen der erworbenen Geschlechtsidentität (Freud, analytische Nachfolger, Frankl)

Als Vater der Psychoanalyse soll hier kurz die Einstellung Sigmund Freuds zur Homosexualität und zu deren Entstehung beschrieben werden. Ich folge hierbei der kurzen Beschreibung von Udo Rauchfleisch:

In den „Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie“ von 1905 nimmt Freud an, dass bei der Entwicklung der Homosexualität sowohl angeborene als auch lebensgeschichtlich erworbene Faktoren mitwirken (Freud 1905). In einem Brief an eine amerikanische Mutter, deren Sohn schwul war, schrieb er 1935: „Homosexualität ist gewiss kein Vorzug, aber es ist auch nicht etwas, dessen man sich schämen muss, kein Laster, keine Erniedrigung und kann nicht als Krankheit bezeichnet werden.“ (zit. bei Rauchfleisch 2002, 21) Auf der anderen Seite gibt es von Freud Äußerungen, die die Homosexualität pathologisieren.

Die späteren psychoanalytischen Vertreter vertraten dagegen einseitig die Meinung: „Die lesbische, schwule oder bisexuelle Orientierung sei Ausdruck einer Entwicklungsstörung und gehöre damit per definitionem in den Bereich der Psychopathologie.“ (ebd., 22) Socarides unterstrich 1971 diese Tradition: „Ungefähr die Hälfte der Patienten, die sich homosexuell betätigen, haben eine begleitende Schizophrenie oder Paranoia, sind latent oder pseudoneurotisch schizophren oder leiden unter einer manisch-depressiven Reaktion. Die andere Hälfte der Patienten ist, wenn neurotisch, vom obsessionellen oder gelegentlich vom phobischen Typus. Manchmal leiden sie unter Charakterstörungen, einer psychopathischen Persönlichkeit oder verschiedenen Formen der Sucht.“ (ebd., 23) Diese pathologisierende Haltung hat sich

bis in die 90er Jahre des 20. Jahrhunderts fortgesetzt bis hin zu Kernberg, der zu dem Schluss kommt: „Wir finden eben, ganz einfach gesagt, keine männliche Homosexualität ohne ausgeprägte Charakterstörung.“ (ebd., 24)

So verwundert es nicht, dass für eine lange Zeit die Veränderung der sexuellen Orientierung hin zu einer angeblich reifen, sprich heterosexuellen Orientierung das Ziel der Psychotherapie war.

In der neueren psychoanalytischen Literatur gibt es jedoch auch vermehrt Autoren und Autorinnen, wie Grissau (1993), Isay (1993) und Rauchfleisch (1994), die eine normale lesbische wie auch schwule Entwicklungslinie beschreiben. Diese ist jedoch nur eine mögliche Arbeitshypothese für den oder die analytisch arbeitende(n) Therapeuten bzw. Therapeutin, wenn auch eine wichtige, da damit den homosexuellen Patienten und Patientinnen nicht mit einem defizitären Entwicklungsmodell begegnet wird. Letztlich betont Rauchfleisch, dass nach wie vor „die Wurzeln der sexuellen Orientierung insgesamt im Dunkeln“ liegen (Rauchfleisch 2002, 32).

Frankl beschrieb in den frühen 50er Jahren seine Stellung zur Homosexualität. Frankl ordnet die männliche Homosexualität wie Freud den Perversionen zu. Dabei unterscheidet er zwischen der neurotischen und der seltenen genuinen Homosexualität. Zur neurotischen Homosexualität kommt es auf Grund einer Störung der normalen heterosexuellen Entwicklung. Durch Traumata kommt es zu einer Fixierung der Aufmerksamkeit auf Menschen des gleichen Geschlechts. Das Trauma kann beispielsweise durch die Verführung durch ältere Homosexuelle oder durch die gegenseitige Masturbation mit Gleichaltrigen entstehen. Eine Fixierung geschieht auf das gleichgeschlechtliche Sexualorgan als potentielle Lustquelle. Neben der Fixierung gibt es noch die Möglichkeit einer Regression, wenn keine gegengeschlechtliche Partnerinnen zur Verfügung stehen, wie zum Beispiel in Gefängnissen.

Als Behandlung der neurotischen Homosexualität rät Frankl, die „schicksalhaften Zusammenhänge“ (Frankl 1986) der Psychogenese aufzudecken und den neurotischen Schwulen dahingehend zu entlassen, dass jeder normale Mensch unter den gleichen schicksalhaften Umständen homosexuell geworden wäre. Daraufhin solle der Therapeut ihn zu einer ihm gemäßen normalen, d.h. heterosexuellen Sexualität, führen.

Frankl kriminalisiert zwar nicht, jedoch pathologisiert er Homosexualität. Die Verführungsthese ist, wie wir oben schon gehört haben, im wesentlichen widerlegt. Die Geschlechtsidentität und damit auch die Geschlechtspartnerorientierung sind schon in der frühen Kindheit festgelegt und weisen eine hohe zeitliche Konstanz auf.

6. Veränderungen sind (un-)möglich

Immer wieder gibt es Therapeuten, die eine Veränderbarkeit der sexuellen Geschlechtspartnerorientierung durch eine Psychotherapie konstatieren. Allerdings gibt es keine stichhaltigen Untersuchungen, die von einer gelungenen Veränderung der homosexuellen Orientierung berichten. So wird

immer wieder Bieber zitiert (Isay 1993). Isay berichtet von einem Mitarbeiter Kinseys, der den sogenannten geheilten Homosexuellen die Kinsey-Skala vorlegen wollte, woraufhin Bieber eingestehen musste, dass nur einer dafür geeignet sei, dieser jedoch den Kontakt zu ihm auf Grund von Konflikten abgebrochen habe (Isay 1993).

Die Nicht-Veränderbarkeit von Lesben und Schwulen durch eine psychotherapeutische Behandlung wird hier deutlich.

Allerdings gibt es einige Berichte von Männern und Frauen, die in einer heterosexuellen Beziehung über viele Jahre hinweg lebten, ohne dass eine homosexuelle Identität und Geschlechtspartnerorientierung vorlag und bei denen es zu einer Änderung der Geschlechtspartnerorientierung kam (Meijer 1993). Diese Veränderung geschah in ebenfalls einigen Fällen in die andere Richtung hin zu einer heterosexuellen Geschlechtspartnerorientierung.

Dieses Phänomen ist nicht leicht einzuordnen. Wir könnten vermuten, dass bei diesen Personen grundsätzlich eine bisexuelle Geschlechtspartnerorientierung vorlag, ohne dass diese Personen es von sich wussten. Es hatte einen Anstoß gebraucht, dass diese sich hat durchsetzen können. Eine bisexuelle Geschlechtsidentität ist auf Grund unserer Kultur nur schwer zu entwickeln.

Oder die betreffende Person hat sich „etwas vorgemacht“, hat die eigene Wahrnehmung der tatsächlichen Geschlechtspartnerorientierung ausgeblendet und sich dafür entschieden, beispielsweise eine heterosexuelle Beziehung zu führen und hat eine heterosexuelle Geschlechtsidentität entwickelt. Auch dort hat es dann einen Auslöser gegeben, der die Annahme der eigentlichen – in diesem Falle homosexuellen Geschlechtspartnerorientierung ermöglichte.

Letztlich weiß man nicht, wodurch es zu diesen Veränderungen kommt. Für die Therapie und die Beratung ist dieses Wissen auch nicht wirklich von Bedeutung. Wichtig ist es zu betonen, dass wir hier von psychisch gesunden Personen sprechen, bei denen es zu diesem Wechsel in der Geschlechtspartnerorientierung kommt. Entwicklungspsychologisch gibt es in der Phase der Adoleszenz und in dem jungen Erwachsenenalter häufig das Phänomen des probeweisen Sexualverhaltens und auch der probeweisen Übernahme der homo- oder heterosexuellen Geschlechtsidentität. Letztlich kommt es meist zu einer stabilen Ausbildung der Geschlechtspartnerorientierung.

Bei einigen psychischen Störungen, wie z.B. der Borderline-Störung, ist eines der Kriterien im DSM-IV eine sexuelle Identitätsstörung, die sich jedoch auf das Fehlen überhaupt einer eindeutigen Geschlechtspartnerorientierung bezieht.

7. Zusammenfassung und einige existenzanalytische Aspekte

Es ist deutlich geworden, dass die Veränderbarkeit der Geschlechtsidentität und der Geschlechtspartner-Orientierung einer frühzeitigen Festlegung unterworfen ist, die eine hohe Beständigkeit im weiteren Lebenslauf behält. Andererseits

scheint es auch eine gewisse Variabilität zu geben, die einen Wechsel der Geschlechtspartner-Orientierung und der Geschlechtsidentität ermöglicht. Die Einflussfaktoren sind nicht wirklich bekannt. Bei der Entstehung der homosexuellen Geschlechtsidentität spielen sowohl bio-psycho-soziale Faktoren und die Kultur, in der das Individuum aufwächst, eine Rolle.

Homosexuelle Verhaltensweisen begegnen uns

- als Phänomen,
- als stabile Geschlechtspartnerorientierung, ohne dass ein Krankheitswert vorläge,
- als ein Teil der bisexuellen Möglichkeit, eine gleichgeschlechtliche Partnerwahl treffen zu können,
- als sexuelle Verhaltensweisen in bestimmten Kulturen, ohne dass eine homosexuelle Geschlechtsidentität vorliegt,
- als Experimentierverhalten (oft, aber nicht nur, in der Jugend),
- als Ausdruck einer Unsicherheit, die auf innerseelische Probleme hinweisen kann, wie zum Beispiel bei Menschen mit einer Borderline-Störung.

Als Existenzanalytiker erscheint mir ein Teil der Variabilität auch personal-existential begründet. Existenzanalytisch gesprochen *ist* der Mensch zunächst einmal Person, und er *hat* eine sexuelle Identität, die sich im Laufe seines Lebens auf Grund seiner genetischen Grundlagen in der Auseinandersetzung mit seiner Umwelt herausbildet. Mit dieser Entwicklung setzt sich der Mensch auseinander. Er hat die Freiheit, dieser veränderten Wahrnehmung seines Hingezogen-seins bzw. des Angesprochen-seins zu folgen oder sie abzulehnen. Er hat die Verantwortung, diese Entscheidung zu treffen und zu gestalten, zumal in einigen Situationen auch andere Menschen mitbetroffen sind, z.B. wenn ein Lebensgefährte, Partnerin oder ein Elternteil eine Veränderung der Orientierung erlebt und die Beziehung in dieser Form nicht mehr weiterbestehen kann.

Wenn wir den Begriff der „Verführung“ zwischen gleichberechtigten Subjekten anwenden, werden wir dem Beziehungsgeschehen meiner Meinung nach nicht gerecht. Indem wir diesen Begriff benutzen, verschieben wir die Verantwortung vom angeblich Verführten einseitig auf den sogenannten Verführer. Ich möchte stattdessen von einem Angesprochen sein (versus Verführung) durch einen anderen Menschen sprechen, der einen Eindruck im anderen hinterlässt. Beide haben die Freiheit, sich für oder gegen das Nachgehen dieser Impulse zu entscheiden. Sie haben die Freiheit, sich für einen Wert zu entscheiden.

In diesem Sinne wird jeder Mensch einmal angesprochen und antwortet nach seinen Möglichkeiten. Je nach der psychosexuellen Entwicklung und der Entfaltung der personalen Fähigkeiten kann diese Begegnung gestaltet werden.

Für die Therapie und Beratung interessierten uns als Logotherapeuten und Existenzanalytiker gar nicht so sehr die Gründe für die hetero-, bi- oder homosexuelle Entwicklung, sondern wir versuchen, die anderen in ihrem „So-sein“ innerhalb ihres individuellen Lebenskontextes zu verstehen und zu

begleiten, so dass sie sich in ihrem Gewordensein annehmen und mit authentischer Zustimmung leben können.

Dieses „So sein Lassen“, das von uns therapeutisch und beraterisch Tätigen gefordert wird, wird von Erich Fried in dem Gedicht „Dich“ beschrieben:

Dich
dich sein lassen
ganz dich
sehen
dass du nur du bist
wenn du alles bist
was du bist
das Zarte
und das Wilde
das was sich losreißen
und das was sich anschiegen will
wer nur die Hälfte liebt
der liebt dich nicht halb

sondern gar nicht
der will dich zurecht schneiden
amputieren
verstümmeln
Dich dich sein lassen
ob das schwer oder leicht ist?
es kommt nicht darauf an mit wie viel
Vorbedacht und Verstand
sondern mit wie viel Liebe und mit wie
viel
Offener Sehnsucht nach allem -
nach allem
was *du* bist
Nach der Wärme
und nach der Kälte
nach der Güte
und nach dem Starrsinn
nach deinem Willen
und Unwillen
nach jeder deiner Gebärden
nach deiner Ungebärdigkeit
Unstetigkeit
Stetigkeit

Dann ist dieses
Dich dich sein lassen
vielleicht
gar nicht so schwer

(Erich Fried 1990)

Literatur

- Braun J (2000) Gemischte Gefühle. Ein Lesebuch zur sexuellen Orientierung. Reinbek: Rowohlt
Dannecker M (1997) Vorwiegend homosexuell. Hamburg: Männer-schwarmskript
DSM-IV (1998) Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder. Göttingen: Hogrefe
Frankl V (1986) Psychotherapie in der Praxis. München: Piper

- Freud S (1905) Drei Abhandlungen zur Sexualtheorie. Gesammelte Werke, Bd. 5
- Grissau B (1993) Sigmund Freud über weibliche Homosexualität. In: Lautmann R (Hg) Homosexualität. Handbuch der Theorie und Forschungsgeschichte. Frankfurt: Campus
- Isay (1993) Schwulsein. Die psychologische Entwicklung des Homosexuellen. München: Piper
- Lautmann (1993) Homosexualität? Die Liebe zum eigenen Geschlecht in der modernen Konstruktion. In: Puff H (Hg) Lust, Angst und Provokation. Homosexualität in der Gesellschaft. Göttingen: Vandenhoeck
- LeVay (1994) Keimzellen der Lust. Heidelberg: Spektrum Akademischer Verlag
- Meijer H (1993) Can Seduction Make Straight Men Gay? In: DeCecco J, Elia P (Hg) If you seduce a straight person, can you make them gay? New York: Haworth Press
- Mertens W (1992) Entwicklung der Psychosexualität und der Geschlechtsidentität. Stuttgart: Kohlhammer
- Rauchfleisch U (1994) Schwule Lesben Bisexuelle. Göttingen: Vandenhoeck
- Rauchfleisch U (2002) Allgemeine Grundlagen. In: Rauchfleisch U et al. (Hg) Gleich und doch anders. Psychotherapie und Beratung von Lesben, Schwulen, Bisexuellen und ihren Angehörigen. Stuttgart: Klett-Cotta
- Sommer V (1993) Natur. Die Hure der Moral. Ist Homosexualität widernatürlich? In: Puff H (Hg) Lust, Angst und Provokation. Göttingen: Vandenhoeck
- Wekker G (1993) Matrimony and Black Lesbianism: Two Idealtypical Expressions of Female Homosexuality in Black Communities of the Diaspora. In: DeCecco J, Elia P (Hg) If you seduce a straight person, can you make them gay? New York: Haworth Press
- Wiesendanger (2001) Schwule und Lesben in Psychotherapie, Seelsorge und Beratung. Göttingen: Vandenhoeck und Ruprecht

*Anschrift des Verfassers:
Dipl.-Psych. Ingo Zirks
Reuterstraße 31
D-12407 Berlin
ingo.zirks@gmx.de
www.psychotherapie-zirks.de*

Phänomenologisches Begleiten

„Ich verstehe dich!“ – „Sicher?“

Fachtagung für Lebensberatung und Psychotherapie der GLE-D

22. September 2007 in Hannover

Vorträge von

Prof. Dr. Dr. H. M. Emrich

Manfred Zmy: Der Phänomenologiebegriff in der Existenzanalyse

Helmut Dorra: Zum Prozess des Verstehens

Dr. Christoph Kolbe: Diagnostik in der phänomenologischen Begleitung

Workshops zur praktischen Anwendung

Tagungsleitung: Dr. Christoph Kolbe

Ort: Fachhochschule Hannover, Design Center, Expo-Plaza 2, 30539 Hannover

Zeit: 10.00 bis 17.00 Uhr

Info: Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse in Deutschland e.V. (GLE-D); Borchersstraße 21, 30559 Hannover; Tel: 0511/529 49 77, Fax: 52 13 71; buero@gle-d.de

www.gle-d.de

Erotik-Geschlechtlichkeit-Sexualität

Stichwörter aus dem Lexikon der Existenzanalyse

Alfried Längle

Erotik. E. ist das Erleben einer *vitalisierenden Kraft*, die den Menschen ganzheitlich erfaßt und alle Dimensionen seines Seins ergreift: den Leib (der z.B. wie „elektrisiert“ erlebt werden kann), die Psyche (z.B. Kräfte mobilisierend, Steigerung der Lebenslust) und den Geist (z.B. Motivation, Vigilanz, Interesse, Entscheidung). E. wird als Einladung zur geschlechtlichen Annäherung an einen anderen Menschen erlebt (bzw. an Objekte, da Erotik nicht unbedingt personal sein muß), wobei das Bestehen einer Distanz wesentlich für das erotische Erleben ist. E. ist daher gleichsam „Zärtlichkeit ohne Berührung“. Mit der Aufgabe der Distanz in der geschlechtlichen Vereinigung verliert sich die Erotik.

Die E. stammt aus dem durch das Geschlecht eröffneten vitalen *Bezug zur Lebenskraft*, die in der E. lustvoll-spielerisch empfunden wird und dadurch eine besondere *Ausstrahlung* erhält. Es können auch Tiere oder dingliche Objekte subjektiv als erotisch empfunden werden, wenn sie (eventuell angereichert durch Phantasie, Vorerfahrung, Assoziation, Übertragung, Erinnerung) in der Lage sind, die sexuelle Vitalität zu stimulieren.

E. lebt aus dem Spannungsfeld Anziehung und trennender Distanz. Auf der einen Seite wird der Drang und das Verlangen zu einer ganzheitlichen, sinnlichen Annäherung vital spürbar, die letztlich eine sexuelle Vereinigung als Möglichkeit auslotet und spielerisch im Vorweg des durch die Phantasie angereicherten Erlebens bereits unverbindlich versucht werden kann. E. ist damit eine Art „sexuellen Probehandelns“ im Sinne von: „Wie wäre es mit uns? – Wie würdest du dich anfühlen?“. Dieser Attraktionskraft entgegen wirkt eine (noch) bestehende Distanz, deren Überwindung angestrebt wird, aber durch einen gemeinsamen Konsens bzw. aus

objektiven Zwängen heraus nicht (sofort) aufhebbar ist und daher einen Schutz darstellt. E. erlaubt daher ein ungehindertes, freies, leicht ins Übermütige gehende „Ausleben“ vitaler sexueller Kräfte und Bedürfnisse auf einer spielerischen Ebene. Gerade diese Freiheit der Vitalität im Schutz einer bestehenden (aber als überwindbar empfundenen) Distanz trägt wesentlich zum besonderen Reiz und zur Mächtigkeit der Erotik bei, wodurch sie einen stark lockern und bis ins Verführerische gehenden Bann erzeugen kann.

Durch diese Antinomie des Suchens nach Nähe über die schützende Distanz hinweg wird das *erotische Spiel* ein *Spiel mit Grenzen*:

- mit der *eigenen Grenze*: wieviel Offenheit und Vitalität kann man sich zutrauen, wieviel Nähe mag man eingehen, wieviel und was darf man von sich zeigen, um Wirkung zu haben, wie würden die Auswirkungen in das eigene Leben passen?
- mit der *Grenze des anderen* verhält es sich analog: ein situatives Austesten, wieviel Offenheit und Vitalität der andere aushält, wieviel und was er mag und genießt, wieviel und was ihm gefällt, wie sich eine solche Nähe auf sein Leben auswirken würde.
- mit der *gemeinsamen Grenze*: wie geht es beiden miteinander, welches Schwingen entsteht, können Dissonanzen vermieden werden in der gemeinsamen „Feier des Lebens“ und seiner Kraft?

Das erotische Spiel um die Grenze lebt aus dem *Wechsel* zwischen sich Zeigen und sich Verstecken, zwischen Angebot und Rücknahme, zwischen Annäherung und sich entziehen, wodurch es einen unverbindlichen Charakter erhält, was als Leichtigkeit empfunden wird und das Geschehen an die Grenze zwischen Realität und Irrealität (Phantasie) rückt. Solches Spiel ent-

spricht der *personalen Dynamik*. Steht doch die Person von ihrem Wesen her in der Spannung zwischen Offenheit und Innerlichkeit (vgl. die dritte Grundmotivation). Findet die Person ihre eigene Grenze nicht, provoziert das ein *histrionisches* Verhalten, das in derselben Antinomie von sich Verstecken und sich Zeigen besteht und sich der E. besonders gerne bedient (Hysterie). Wenn die gemeinsame Grenze nicht festgemacht ist, erhält das erotische Spiel den Charakter des *Werbens* (analog dem Balzverhalten der Tiere).

Die erotische Empfänglichkeit ist an die *Sinnlichkeit* gekoppelt und daher verwandt mit der *Ästhetik*, der Sinnlichkeit für das Schöne. Als „*sexy*“ wird hingegen eine Wirkung bezeichnet, bei der die Ganzheitlichkeit der E. für eine rein sexuelle Intention aufgegeben ist, die dann auch direkter, „unverblümter“, mit weniger Spiel und Atmosphäre gezeigt wird.

In ihrer Auswirkung vermag E. Beziehungen zu anderen Menschen anzubahnen, die eigene Beziehung zum Leben zu erneuern und zu beleben und Grenzen und Konventionen, die vom Leben sprengen und von der Lebenslust abhalten, aufzusprengen. Durch diese starke Wirkung kann das erotische Feuer aber auch wichtige Grenzen überspringen und zerstörerisch werden, insbesondere wenn in einer Annäherung die Unverbindlichkeit des Spiels bestehen bleibt und es ausschließlich um den Genuß geht. Damit würde das Du, die Person des anderen wie auch die eigene Person, übergangen, was im Mißbrauch, in der Prostitution, in der Verführung und der Vergewaltigung der Fall ist.

Geschlechtlichkeit. Unter G. wird die *Geschlechtszugehörigkeit* verbunden mit der geschlechtstypischen Erlebniswelt des Menschen, ihren Bedingungen

und spezifischen, biologischen, psychischen und kulturellen Ermöglichkeiten, verstanden. Menschsein ist an eine fixierte, das Leben überdauernde und biologisch (genetisch) bestimmte Geschlechtszugehörigkeit gebunden.

Das *Geschlecht* stellt eine definierte *Beziehungsform zur naturalen Dimension* des Menschen dar. Es bindet ihn an die biologische Notwendigkeit der Fortpflanzungsaufgabe an, die durch die Vergänglichkeit des Seins entsteht, und eröffnet zugleich den Zugang zur Arterhaltung als Dienst an einer größeren Gemeinschaft, die mit der Zuteilung der spezifischen Aufgaben des jeweiligen Geschlechts verbunden ist.

Die G. hat eine biologische Veranlagung, ist aber *kulturell* überformt und daher zeitbedingt. Der mit der Geschlechtszugehörigkeit verbundene spezifische Zugang zur Natur bleibt daher nicht auf biologische Determinanten beschränkt, sondern wirkt sich auch im Psychischen aus und führt dort zu Unterschieden des Erlebens, Verarbeitens und Reagierens analog einer Persönlichkeitsstruktur. Ethymologisch leitet sich „Geschlecht“ von schlagen ab - auf welche Seite der naturalen Bestimmung es einen „geschlagen“ hat. Die personalen (geistigen) Kräfte des Menschen sind jedoch nicht geschlechtlich gebunden, Männer und Frauen haben gleiche Entscheidungsfähigkeit und Verantwortungsfähigkeit (aber unterschiedliche Prozeßabläufe).

Die Art, wie die G. den Menschen erfaßt, kommt in der *erotischen Ausstrahlung* (Erotik) zum Ausdruck. Sie lebt aus dem Bezug des Menschen zu seiner vitalen Kraft, worin ein wesentlicher Bestandteil der Schönheit des Geschlechtes liegt. In der Sexualität vollzieht der Mensch schließlich seine geschlechtliche Potenz.

Sexualität. Unter Sexualität wird jede Form von Berührung der Genitalien verstanden, die von einer zumeist lustvollen Erregung begleitet ist. Wenn andere Berührungen eine genitale Erregung erzeugen oder beabsichtigen (z.B. Küsse), sind auch sie der Sexualität zu-

zuordnen. Aktivitäten, die noch keine Berührung sind, aber eine solche anstreben, gehören zur Erotik. S. geschieht ausschließlich durch Bezugnahme auf die Geschlechtsorgane und stellt den körperlichen Vollzug der Geschlechtlichkeit dar.

Durch sein Geschlecht erhält der Mensch eine spezifische Anbindung an die naturale Dimension des Daseins, die durch Körperlichkeit und Psyche gebildet ist. S. stellt darin eine „inkarnierte Bewußtheit“ und eine „vitale, originäre Intentionalität“ des Menschen dar (Merleau-Ponty), die durch die Jemeinigkeit des Körpers Ausdruck seiner Subjektivität und des In-der-Welt-Seins ist.

Nach Frankl ist Sexualität nicht apriori menschlich, sondern *wird* menschlich in dem Maße, als sie Ausdruck von Liebe ist und den Menschen damit selbsttranszendent macht. Menschliche S. bezeichnet er daher als „inkarnierte Liebe“. Nach Frankl erzeugt der Sexualtrieb Lust, die Erotik Freude (psychische Ebene); erst die Liebe als geistige Kraft vermag zum Glück in der S. zu führen.

Nach Freud wird zwischen Sexualtrieb und Sexualobjekt unterschieden: Der *Sexualtrieb* ist eine angeborene, psychische Kraft, die über eine Entwicklung zur Reifung gelangt und untrennbar mit der Natur des Menschen verbunden ist. Seine Befriedigung erzeugt meistens Lust, seine Frustration bzw. Entsagung meistens Spannung (Druck) und sexuelles Verlangen. Als echter Trieb drängt er primär auf Entspannung (Triebziel) und ist daher wahllos. Biologisch steht er im Dienste der Fortpflanzung und Arterhaltung, psychisch ist er eine Erscheinung der Lebenskraft (Libido) und geistig gesehen drängt er den Menschen zu einer Öffnung und Hinordnung auf Welt (Merleau-Ponty).

Der intentionale Gegenstand des Sexualtriebs ist das *Sexualobjekt*. Dies kann ein hetero- oder homosexueller Körper sein, es können die eigenen Genitalien oder auch Tiere, Objekte (Fetische), tote Menschen – prinzipiell alles sein, wenn es nur genitale Lust erzeugen kann.

Da in der S. die spezifische Ge-

schlechtlichkeit eines Menschen gelebt wird, stellt sie einen Zugang zur Vitalität (Lebenskraft) und Naturalität dar. Die naturale Dimension der Geschlechtlichkeit als Gattungszugehörigkeit stellt S. in den Dienst der *Fortpflanzung*, die bis zur Entwicklung der künstlichen Befruchtung ausschließlich an die S. gebunden war. Die vitale (psychische) Dimension der Geschlechtlichkeit als individuelles Erleben wird durch die S. zur *Aktivierung der Lebenslust und Lebenskraft*, einer wortlosen Sprache des Lebens und des Weltbezuges. Eingebettet in die Ganzheitlichkeit eines personalen Austausches (geistige Dimension) wird sie zum *Dialog* mit der anderen Person auf dem Hintergrund der individuellen, gelebten Geschichtlichkeit, die den Menschen geprägt hat.

Nach Frankl geht die *psychosexuelle Reifung* von der Entwicklung des (blinden) Sexualtriebs über das Suchen von (austauschbaren) Sexualobjekten zum Respektieren des Sexualpartners als eigenständiges Wesen, das im Kantschen Sinne nicht Mittel zum Zweck werden darf. Als reifste Form schließt sich dann das Erkennen der Einzigartigkeit und Unvergleichlichkeit der Person im anderen an, was sie unersetzlich und die S. monogam macht.

Anschrift des Verfassers:

DDr. Alfred Längle

Eduard Sueß-Gasse 10

A-1150 Wien

alfried.laengle@existenzanalyse.org

KRENS INGE, KRENS HANS (HRSG.)

Grundlagen einer vorgeburtlichen Psychologie

Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht, 2005, 179 Seiten

Das vorliegende Buch ist in der Reihe „Das pränatale Kind“ erschienen. Die Beiträge dieses Bandes sollen „einen Einblick in die Vielschichtigkeit und Komplexität der für die pränatale Psychologie relevanten wissenschaftlichen Forschung bieten“ (11). Und ein vielschichtiger und komplexer Einblick in die Thematik ist den Herausgebern mit der Auswahl der Artikel auch wirklich hervorragend gelungen. So finden sich neben klassischen empirischen Studiendesigns zur pränatalen Forschung sehr illustrative Falldarstellungen, neben informativen medizinischen Darstellungen der embryonalen Entwicklung gibt es Beiträge, die das Thema aus psychoanalytischer oder auch aus phänomenologischer Sicht beleuchten.

Am Beginn des Buches stehen die Beschreibung der entwicklungstheoretischen Grundlagen einer vorgeburtlichen Psychologie und die Auseinandersetzung mit dem (historisch gewachsenen) Dualismus zwischen Genetik und Umwelt. Daran anschließend stellen die beiden niederländischen Autoren Jaap van der Wal und Guus van der Bie „Grundzüge einer phänomenologischen Embryologie“ vor, die den Menschen als Einheit von Körper und Seele und den Prozess der Körperbildung als einen Ausdruck menschlichen Verhaltens versteht. Dieser Beitrag ist insofern beachtlich, weil er der Phänomenologie breiten Raum gibt, ihre Sichtweise in diesem relativ neuen Forschungsgebiet der pränatalen Psychologie darzustellen.

Weitere Artikel beleuchten u.a. das fetale Verhalten und seine Funktion für die menschliche Entwicklung, die pränatalen Einflüsse auf die Hirnentwicklung (der Autor dieses Artikels ist Gerald Hüther), es werden Studien vorgestellt, welche die Folgen negativer mütterlicher Emotionalität und den Einfluss von pränatalem mütterlichem Stress untersuchen. Wolfgang Milch (ein deutscher Psychoanalytiker) und seine Kollegin befassen sich in ihrem Artikel mit den „Ursprüngen des Selbst in der prä- und postnatalen Zeit“ und illustrieren ihre Überlegungen mit einem anschaulichen Fallbeispiel. Weiters finden sich noch Artikel über die Eltern-Kind-Beziehung und über die schwierige Situation Frühgeborener und ihrer Angehörigen. Ein Glossar embryologischer Begriffe und ein sehr umfangreiches Literaturverzeichnis runden dieses sehr gelungene Buch zu den Grundlagen einer vorgeburtlichen Psychologie ab.

Karin Steinert

RENE REICHEL (HG.)

Beratung Psychotherapie Supervision

Einführung in die psychosoziale Beratungslandschaft

Wien: Facultas Verlag, 2005

Das Buch soll laut eigener Darstellung der Entwurf einer Landkarte durch die psychosoziale Beratungslandschaft sein. Ich halte die damit verbundene Idee, diese Landkarte durch verschiedene Autoren mit deren je eigenen fachlichen Hinter-

grund zu gestalten, für anerkanntenswert. Diese Absicht ist gut gedacht, ich persönlich fand das Resultat dadurch mannigfaltig, aber durch den je persönlichen Stil und Setzung der eigenen Schwerpunkte dieser Autoren und Fachleute auch ein bisschen verwirrend.

Manche Teile dieser Landkarte sind sehr klar und präzise beschrieben, quasi die Hauptstraßen plus erwähnenswerte Nebenstraßen. Manche AutorInnen boten eine solche Vielfalt an Details, Gesichtspunkten und Anmerkungen, dass es dadurch für mich oftmals nicht ganz klar war, wo genau wir uns nunmehr befinden.

Der Idee dieses Buches folgend umfasst die Lesezielgruppe sowohl PatientInnen, KlientInnen, Ausbildungsinteressierte als auch ‚Professionals‘, also Menschen die in den Gebieten von Beratung, Therapie, Coaching, Supervision tätig sind.

Es gibt für alle Lesergruppen eine Fülle von nützlichen Informationen, Hinweisen, Gesetzestexten, Internetseiten, sowie praxisbezogene Erfahrungswerte.

Einige Kapitel (z.B. über Lebens- und Sozialberatung, Sozialpsychiatrie, ärztliche Beratung) bieten Information, Klarheit und gut nachvollziehbare Reflexionen, aber auch kritische Anmerkungen. Wenn hingegen im Kapitel über Psychotherapie die aufschlussreiche Fragestellung: Was ist nun Psychotherapie genau? ausschließlich mit drei Gründen, warum es schwer ist, auf diese Frage eine Antwort zu finden, beantwortet wird, bin ich als Leser/Patient/Klient/Auszubildender/Profi eher verunsichert als informiert.

Auch dass Begriffe wie Berater/Beratung, Supervision/Coach nicht durchgängig klar abgegrenzt verwendet werden, trägt eher zur Verwirrung bei.

Die Frage stellt sich, welche Zielgruppe dieses Buch wohl am meisten anspricht.

Da die Erwartungen der jeweiligen Interessensgruppe vermutlich unterschiedlich gelagert sind, wird die eine oder andere Gruppe vermutlich enttäuscht sein. Ich war bei der Lektüre dieses Buches hin und her gerissen zwischen hohem Interesse, das durchaus zufrieden gestellt wurde, aber auch Ermüdung und Verwirrung.

Der Autor selbst erklärt bereits im Vorwort, sich dessen durchaus bewusst zu sein, dass es sich bei dem Werk um eine ‚erste Bearbeitung‘ des weiten Feldes der Beratungslandschaft handelt, die auch Unvollständigkeiten und Ungenauigkeiten enthält. Er sieht dieses Werk als Anregung und Einladung zum Diskurs und zur weiteren Erhellung dieses Gebietes.

Renate Lang

NEUE ARBEITEN AUS DER EXISTENZANALYSE UND LOGOTHERAPIE

In dieser Rubrik wollen wir den großen Fundus an Bearbeitungen existenzanalytischer Themen bekanntmachen. Es sollen sowohl in anderen Medien veröffentlichte wissenschaftliche Arbeiten zur Existenzanalyse als auch die Abschlussarbeiten zur Beratungs- und Therapieausbildung vorgestellt werden.

ABSCHLUSSARBEITEN

Heinz Kohuts Theorie der narzisstischen Störung aus existenzanalytischer Sicht

Mag. Helga Dragarci

Diese Arbeit befasst sich mit der narzisstischen Störung aus der Sicht Heinz Kohuts und der Existenzanalyse. Kohut hat neue Wege aufgezeigt, die über Freud hinausgehen.

Nach einem kurzen Blick auf sein Leben werden die wichtigsten Elemente dargestellt: die Empathie als zentraler Faktor in Therapie und wissenschaftlicher Methode, die Übertragungsformen und der Begriff des Selbstobjekts. Stellvertretend für die moderne Selbstpsychologie wurden Beiträge von E. Bartosch und H. Wahl berücksichtigt. Ein kleiner Abschnitt ist der Entwicklung des kindlichen Selbst gewidmet.

Im zweiten Teil wird die existenzanalytische Theorie der narzisstischen Störung dargestellt. Die wesentlichen Begriffe sind die Person und die Grundmotivationen. Die Darstellung der existenzanalytischen Sicht beinhaltet Erscheinungsbild, Pathogenese und therapeutische Grundsätze.

Schlüsselwörter: Empathie, Grundmotivationen, Person, Selbstobjekt, Übertragung

Zielsetzung in der existenzanalytischen Psychotherapie

Zdenka Èamachová Davet

Die Literatur zum Thema „Ziele der Psychotherapie“ wird in dieser Arbeit aus der Sicht der existenzanalytischen Theorie und Anthropologie angeschaut und die Bedeutung des Themas für den psychotherapeutischen Prozess hervorgehoben. Die phänomenologische Haltung bei der Zielsetzung bewirkt, dass die Person des Patienten angesprochen und zum Antworten aufgefordert wird, seine Werte erläutert und das „Woher“ und „Wohin“ durchdacht werden. Auf dem Hintergrund der früheren Erfahrungen, der jetzigen Realität sowie des Verstehens des Problems wird der Sinnhorizont nach vorne eröffnet. Der Wert der Psychotherapie und des ausgearbeiteten Zieles wird dabei spürbar und seine Anziehungskraft kann sich entfalten. Ferner werden einige praktischen Methoden und Techniken der Zielsetzung vorgestellt, wie sie in der Existenzanalyse und anderen Therapieschulen verwendet werden.

Schlüsselwörter: Existenzanalyse, Person, Psychotherapieziele, Therapiemotivation, Wert

Die Existenzskala als möglicher Prädiktor für Alkoholrückfälligkeit und Inanspruchnahme von Nachsorgeangeboten

Dr. Sabine Fröhlich-Walser

An der Entwöhnungsstation eines Psychiatrischen Krankenhauses wurden insgesamt 51 alkoholranke Patienten einer Untersuchung unterzogen. Erhoben wurden soziodemographische und suchtspezifische Variablen und es erfolgte eine testpsychologische Untersuchung mittels Existenzskala (ESK) und Symptom Check-Liste. Nach einem halben Jahr erfolgte eine Nachuntersuchung. Die Untersuchung sollte einerseits zeigen, wie viele Personen rückfällig geworden waren und welche Faktoren den Rückfall beeinflussten und andererseits wie viele Patienten überhaupt regelmäßig eine Nachsorge in Anspruch genommen hatten. Daraus ergäbe sich die Möglichkeit, Patienten einer eventuellen Risikogruppe frühzeitig zu identifizieren und durch psychologische und existenzanalytische Therapien zusätzlich zu stützen.

Arbeitslosigkeit, der Zusatzkonsum von anderen Substanzen sowie die Nicht-Inanspruchnahme von Nachsorge erwiesen sich bei den 51% Rückfälligen als entscheidende Kriterien für den Rückfall.

Fast die Hälfte der untersuchten Patienten nahm regelmäßig an einer Nachsorge teil. Als entscheidender Prädiktor für die regelmäßige Teilnahme an Nachsorgeangeboten erwies sich der Selbstdistanzierungswert (SD-Wert) der Existenzskala. Patienten mit hohem SD-Wert nahmen regelmäßig Nachsorge in Anspruch, Patienten mit niedrigem SD brachen diese bald ab. Die Selbstdistanzierung erwies sich als Prädiktor für die Inanspruchnahme einer Nachsorge und somit indirekt als Prädiktor für eine erhöhte bzw. verminderte Rückfallgefährdung.

Schlüsselwörter: Alkoholabhängigkeit, Existenzskala (ESK), Nachsorge, Prädiktoren für einen Rückfall

Konzept eines Familienzentrums auf existenz- analytisch-pädagogischem Hintergrund

Mag. Waltraud Graf

Diese Arbeit stellt ein Konzept eines Familienzentrums auf existenzanalytisch-pädagogischem Hintergrund dar.

Das zentrale Anliegen des Konzeptes besteht darin, Menschen in belastenden Lebenssituationen Hilfestellungen in den Bereichen Alltagsgestaltung, Lebensbewältigung und Persönlichkeitsstabilisierung anzubieten und damit einen Beitrag zur Verbesserung ihrer Lebensqualität zu leisten.

Ausgehend von den vier existenzanalytischen Grundbedin-

gungen für eine erfüllte Existenz wurden die gesellschaftlichen Veränderungen und Tendenzen unseres Zeitalters sowie deren Auswirkungen auf den Menschen dargestellt. Es wurde ersichtlich, dass viele Grundbedingungen nur unzureichend gegeben sind und ein erhöhter Bedarf an Hilfsangeboten besteht.

Daraus erfolgte eine Schwerpunktsetzung in den Angebotsbereichen „Begegnung – Beratung - Beteiligung“. Die pädagogischen Arbeitsmethoden gründen, entsprechend den vier Grundmotivationen, auf stabilisierenden, beziehungsfördernden, selbstwertstärkenden und sinnorientierten Maßnahmen.

Schlüsselwörter: Familienzentrum, Grundmotivationen, Konzept

Das Phänomen Pilgern

Existenzanalytisch betrachtet

Mag. Michael Hölzl

Das in unseren Breiten fast in Vergessenheit geratene Pilgern, hat in den letzten Jahren eine bemerkenswerte Renaissance erfahren. Die religiösen Wurzeln des Pilgerns sind in allen großen Weltreligionen verankert. Auf die der christlichen Tradition wird, soweit sie für das Verständnis der Arbeit bedeutsam sind, eingegangen. Die Literaturrecherchen zum Thema Pilgern werden durch die persönliche Erfahrung einer Pilgerreise am Jakobsweg in Spanien ergänzt. Gegliedert wird der Hauptteil durch „Aufbruch, gemeinsam unterwegs sein, bei sich selber sein und ein Ziel haben“. Konkrete Beobachtungen und Erfahrungen während des Pilgerns werden auf ihre existentielle Relevanz hin beleuchtet und den vier Grundmotivationen nach Längle zugeordnet. Eine längere Pilgerreise kann wie ein verdichtetes Leben gesehen werden, und eignet sich daher besonders, den Versuch einer näheren phänomenologischen Betrachtung hinsichtlich existenzanalytischer Aspekte zu wagen.

Schlüsselwörter: Existentialität, Phänomenologie, Pilgern

Evaluierung der Beraterausbildung

Teil 1: Ausarbeitung der offenen Fragestellungen

Mag. Judith Judt

Die Umfrage wurde im Jänner 2005 gestartet und umfasst den Ausbildungszeitraum von 1986 -2001 in Österreich. Von 173 Ausbildungsteilnehmern haben 50 die Fragebögen ausgefüllt retourniert. Diese bilden die Grundlage der Ausarbeitung. Themenschwerpunkte:

Hinterfragt wurden Entscheidungsprozess, Entscheidungsgründe, Ziele und Absichten, die zur Ausbildung geführt haben und ob die Ausbildung die Erwartungen der Teilnehmer erfüllt hat. Weiters ging es um die Qualität. Was wurde in der Ausbildung besonders positiv beurteilt, was sollte verändert werden bzw. wurden Informationen vermisst oder gab es auch Probleme und Änderungswünsche?

Auch die Frage, ob die Ausbildung abgeschlossen werden konnte bzw. welche Schritte noch zu einem Abschluss fehlen, war wichtig. Im Folgenden ging es um den Nutzen der Beraterausbildung, beruflich und privat bzw. darum, wie die

zukünftigen Tätigkeitsfelder des Logotherapeuten und existenzanalytischen Beraters aussehen könnten.

Ein abschließender Fragenkomplex war, ob diese Ausbildung weiter zu empfehlen ist und inwieweit Weiterbildung als wichtig erachtet wurde.

Umfrageergebnisse:

Bei der Entscheidung für die Ausbildung ging es, laut Umfrageergebnisse, vor allem um eine Neuorientierung im Beruf. Das Ziel war vorrangig eine berufliche und persönliche Weiterbildung und ein Großteil äußerte sich zufrieden mit der Ausbildung und empfand sie als Bereicherung. Bei den Verbesserungsvorschlägen ging es vor allem um den Wunsch nach vermehrt praxisorientierter Arbeit.

Einem hohen Prozentsatz war es aus unterschiedlichsten Gründen nicht möglich die Ausbildung abzuschließen, sie gaben aber an, dass Sie trotzdem einen hohen Nutzen aus dem vermittelten Wissen ziehen konnten. Die möglichen Arbeitbereiche für Berater erscheinen mannigfaltig, die Abgrenzung zu den Therapeuten und Coaches ist aber nicht eindeutig, was den Einstieg ins Berufsleben erschwert.

Die Ausbildung wurde als wertvoll und empfehlenswert empfunden, aber auch Weiterbildung wurde umfangreich in Anspruch genommen.

Schlüsselwörter: Ausbildung in existenzanalytischer Beratung und Logotherapie, Beraterausbildung, Evaluationsstudie

lebe um zu arbeiten - arbeite um zu leben

Die Bedeutung bäuerlicher Lebensformen vor dem Hintergrund von Existenzanalyse und Logotherapie

Kurt Lins

Welche Angebote, welche wertvollen, sinnstiftenden Schätze eine „bäuerliche Lebensform“ birgt, uns allen anbietet und wie dieses vor dem Hintergrund von Existenzanalyse und Logotherapie verstanden werden kann, diesem Themabereich ist diese Arbeit gewidmet.

Praxisnah wird darin auf ein Spannungsfeld aufmerksam gemacht, in welchem derzeitige gesellschaftliche Ausrichtungen und Handlungen, also auch ein geringes Beachten von natürlichem Leben, mit einem zunehmenden Abwenden von uns selbst zu tun hat, vielleicht sogar von einem solchen eingeleitet und genährt wird.

Möglicherweise besteht ein bedeutungsvoller Zusammenhang zwischen dem Verlassen dieser alten Kultur und der Entstehung von existenziellem Vakuum, und zunehmender Fragestellung nach dem Sinn im eigenen Leben.

Bäuerliches Leben, nicht nur im Alten gedacht, nicht nur trauernd um deren Vergänglichkeit, sondern als reale lebendige Möglichkeit im HIER und JETZT.

Schlüsselwörter: bäuerliche Kultur- und Lebensformen, Grundmotivationen, regionale Lebensräume, Werte

Von Aggression zu Gewalt

David Nowrouzi

Diese Arbeit beschäftigt sich mit dem Prozess, der von aggressiven Gefühlen und Impulsen zu tatsächlichen Gewalttaten führt, sowie mit den dabei zugrunde liegenden Bedingungen. Nach einleitenden Begriffsbestimmungen, wird die existenzanalytische Aggressionstheorie kurz zusammengefasst und ferner eine Annäherung an das Phänomen der Gewalt in den beiden Formen „Gewalt erleiden“ und „Gewalt ausüben“ versucht.

Im Hauptteil werden der personale Prozess, der von Aggression zu Gewalt führt sowie die Wechselwirkung von Aggression und Gewalt, anhand der „Personalen Existenzanalyse“ und dem Modell der „Vier Grundmotivationen“ beschrieben. Kurz skizziert werden einige kulturelle und gesellschaftliche Aspekte von Gewalt, wie z. B. Gewalt als primär männliches Phänomen.

Abschließend wird der therapeutische Umgang mit Aggression und Gewalt dargestellt, wobei der Fokus auf der sogenannten Täterarbeit liegt.

Schlüsselwörter: Aggression, Gewalt, Grundmotivationen, Personale Existenzanalyse, Täterarbeit

Die personal – existentiellen Grundmotivationen und ihre Konkretisierung in der Eheberatung

Mag. Kurt Reinbacher

Wenn wir von Paarbeziehung sprechen, so nähern wir uns dem Phänomen Liebe an und fragen uns, wie sie – trotz vieler offensichtlicher Schwierigkeiten – gelingen kann.

Liebe als intentionaler Akt steht in Zusammenhang mit Werten und hat etwas mit Begegnung zu tun. Entscheidend ist, inwieweit es in der Beziehung zur Begegnung kommt.

Im Lexikon für Existenzanalyse und Logotherapie findet sich folgende Definition: „Der Begriff der personalen Begegnung meint das Erkennen, Verstehen und Beantworten eines Du (einer anderen Person) durch ein Ich ... Das Mittel der Begegnung ist der Dialog“ (Längle, Lexikon 2002, 25).

Der erste Teil der Arbeit stellt sich somit der Frage, welche Ebenen der Kommunikation es gibt und wie im Dialog, im Sinne des Austausches von Wesentlichem, personale Begegnung geschehen kann. Die Grundmotivationen bilden dabei den Rahmen in der Verdichtung des Persönlichen.

In Kapitel III werden kurz zwei Konfliktebenen in der Partnerschaft vorgestellt: horizontale Konflikte auf interpersonaler Ebene und vertikale Konflikte, die die intrapsychische Ebene betreffen.

Den größten Raum vorliegender Arbeit nimmt naturgemäß das zentrale Anliegen ein: die Verdeutlichung und systematische Darstellung der Grundmotivationen als strukturierende Wirkhalte in den verschiedenen Phasen der Paarbeziehung. Die Grundstrebungen bieten die Möglichkeit, die Struktur der Paarbeziehung existenzanalytisch zu diagnostizieren.

Abschließend wird ein stufenförmiges Modell einer Paarberatung, ebenfalls unter besonderer Berücksichtigung der personalen Grundmotivationen, vorgestellt.

Schlüsselwörter: Begegnung, Dialog, Paarberatung, personal-existentielle Grundmotivationen

Alkoholismus und Existenzanalyse

*Definition, Diagnose, Ursachen, Entstehung, Behandlung
Darstellung eines stationären Therapieprogrammes für
alkoholabhängige Menschen*

Mag. Beate Riedler

In der vorliegenden Arbeit werden in einem ersten Teil Diagnose, Ätiopathogenese, Epidemiologie, Folgeerkrankungen und allgemeine Behandlungsziele im stationären Setting bei der Diagnose „Störungen durch Alkohol (F10)“, insbesondere das „Abhängigkeitssyndrom (F1x.1)“, nach der Internationalen Klassifikation psychischer Störungen – ICD-10 – dargestellt. Betont wird die mehrdeutige Verwendung des Begriffes „Sucht“ in der Sprache und die historische Entwicklung der oben erwähnten Diagnose. Die Typologien von Jellinek und Lesch geben eine hilfreiche Differenzierung des Alkoholkonsumverhaltens. In der Epidemiologie wird auf die gesellschaftlichen und kulturellen Einflüsse eingegangen. Aktuelle statistische Daten über den Umgang mit Alkohol in Österreich, Folgeerkrankungen und Behandlungsziele im stationären Setting runden den ersten Teil ab. Im zweiten Teil werden existenzanalytische Sichtweisen im Zusammenhang mit dem Thema Sucht beschrieben. Näher eingegangen wird auf die Person, ihre Verhaltensweisen und die Dynamik der Sucht. Anhand der „vier Grundmotivationen“ werden die Voraussetzungen für ein suchtfreies Leben aufgezeigt. Im dritten und letzten Teil wird das Therapiezentrum Ybbs und seine Behandlungsschwerpunkte beschrieben. Ziel der Arbeit ist es ein stationäres Therapieprogramm vorzustellen, deren Schwerpunkt die Behandlung von alkoholabhängigen Menschen ist. Dieses Programm wurde entwickelt im Hinblick auf existenzanalytische Vorgangsweisen und Methoden. So findet sich die „Personale Existenzanalyse“ und die „Methode der Willensstärkung“ im Therapiemanagement wieder. Vielfältige Behandlungsangebote für die Umsetzung von Therapiezielen werden durch ihre Zuordnungen in die „vier Grundmotivationen“ transparent dargestellt, um für interessierte Laien und BerufskollegInnen einen umfassenden Einblick und Anregung gewährleisten zu können.

Schlüsselwörter: Abhängigkeitssyndrom, Alkoholabhängigkeit, Alkoholkonsum, Behandlungsziel, Grundmotivation, Folgeerkrankung, Sinn, Sucht, Therapieprogramm, Therapiemanagement

Ich berge Deine Person

*Existenzanalytische Begleitung einer Patientin mit
Locked-in-Syndrom*

Ingrid Riek

Eine Patientin mit Locked-in-Syndrom, das heißt eingeschlossen im eigenen Körper, unfähig sich zu bewegen, aber geistig vollkommen intakt, wird in einer suizidalen Krise existenzanalytisch begleitet. Die Abschlussarbeit beschreibt neben dem theoretischen Hintergrund eine exemplarische Begleitung ei-

ner Patientin. Es wird dargestellt, wie eine Patientin, die über ihre hoffnungslose Situation verzweifelt ist und die sich nur noch sehr eingeschränkt ausdrücken kann, wieder einen Zugang zu sich als Person findet. Wie trotz der extrem eingeschränkten Möglichkeiten nach vorhandenen Werten gesucht werden kann. In den Behandlungsplänen der Reha- und Pflegekliniken sind keine psychotherapeutischen Maßnahmen vorgesehen, obwohl ein großer Bedarf dafür besteht.

Die Arbeit stellt dar, dass die existenzanalytische und logotherapeutische Vorgehensweise gerade für diese Patientengruppe sehr hilfreich ist, um das Personsein zu stärken und so die Krankheit besser bewältigen zu können.

Schlüsselwörter: Ausweglose Krankheit, Existenzanalytische Begleitung, Person, Suizidalität, Wertberührung

Sinn-voll Unterrichten

Existenzanalyse und Logotherapie als Psychohygiene zur Vermeidung von Burnout bei Lehrern

Franz Scheßl

Diese Arbeit basiert auf der Existenzanalyse und Logotherapie (begründet von Frankl, weiterentwickelt durch Längle). Nach einer grundlegenden Betrachtung wesentlicher existenzanalytischer Aspekte werden Ausmaß und Ursachen der Krise untersucht, in der sich heutzutage viele Lehrer befinden. Zentrale Bedeutung gewinnt dabei der Krankheitsbegriff „Burnout“. Das Fallbeispiel eines Lehrers führt zu existenzanalytischen Betrachtungen des Burnout-Syndroms. Als eine Ursache für Burnout bei Lehrern zeigt sich ein fragwürdiges, an Trends und Traditionen angepasstes Selbstbild eines Lehrers, der in einer nichtexistentiellen Haltung das Leben nach einem Schein-Sinn ausrichtet. Abschließend wird die Sinnfrage des Lehrers differenziert anhand der vier Grundmotivationen. Diese Selbstbesinnung kann eine existentiell-personale Wende beim Lehrer herbeiführen und ihn die Zustimmung zum Lehrer-Beruf wieder finden lassen.

Das Annehmen-Können des Faktischen als Ankerpunkt in der Beratung von Menschen, die mit geistiger Behinderung konfrontiert sind

Michael Seiller

Wenn Menschen mit einer Behinderung konfrontiert sind, sei es als direkt Betroffene oder als Angehörige, so ist es notwendig, die faktische Bedingtheit des Lebens durch die Behinderung zunächst anzunehmen. Diese Voraussetzung im Bereich der ersten Grundmotivation fällt Kindern mit einer geistigen Behinderung, aber auch deren Eltern, in der Regel sehr schwer. Über- oder Unterforderung sind oft die Folge und existentielles Leben ist vielfach nur eingeschränkt möglich. In der Arbeit wird die Bedeutung dieser Voraussetzung herausgestellt und Wege aufgezeigt, wie durch die Beratung das Annehmen des Faktischen, in diesem Bereich angebahnt werden konnte, und welche Auswirkungen dies auf den Beratungs- bzw. Begleitungsprozess hatte.

Schlüsselwörter: Erste Grundmotivation, geistige Behinderung, Sein-Können

Logotherapeutisch- und existenzanalytische Begleitung und Beratung von sprachgestörten Patienten nach Schlaganfällen und deren Angehörigen

Karin S. Struck

Diese Arbeit beschäftigt sich mit den Möglichkeiten und Grenzen der logotherapeutisch- und existenzanalytischen Beratung und Begleitung sprachgestörter Patienten nach cerebralem Insult und deren Angehörigen.

Im ersten Teil der Arbeit werden dem Leser allgemeine Informationen über Sprachstörungen nach einem Schlaganfall (Aphasie) vermittelt.

Im Hauptteil wird die beraterische Vorgehensweise in Bezug auf die unterschiedlichen Aphasien beleuchtet.

Im Ausklang der Arbeit wird nochmals auf die Wichtigkeit der phänomenologischen Haltung im beraterischen Prozess hingewiesen.

Schlüsselwörter: Aphasie, beraterische Vorgehensweise, beraterischer Prozess, cerebraler Insult, phänomenologische Haltung

Die Entwicklung des Kindes zur Personalen Existenz

(Entwicklungspsychologie aus existenzanalytischer Sicht)

Mag. Birgit Troger

Die Entwicklung des Kindes geschieht von Anfang an ganzheitlich, in allen drei Dimensionen seiner Existenz, auf physischer, psychischer und noetischer Ebene. Dafür ist ein Du unbedingt notwendig. Durch dialogische Prozesse sich entwickelnde neurobiologische Strukturen gelingt es dem Kind mehr und mehr Personales zum Ausdruck zu bringen und die Fähigkeiten der Person, Selbstdistanzierung und Selbsttranszendenz, zu entfalten. In der Begegnung mit einem Du fühlt sich das Kind angesprochen, persönlich gemeint, verstanden, als Person angenommen und nicht alleingelassen, daran kann es sich als Person erfahren und seine Dialogfähigkeit entfalten.

Sind die vier Grundbedingungen der Existenz (Erfahrung von: Halt, Schutz, Raum; Nähe, Zeit, Beziehung; Beachtung, Rechtfertigung, Wertschätzung; Sinn und Orientierung) während der Entwicklung des Kindes gegeben, so gelingt es ihm bis ins Erwachsenenalter zunehmend zu einem geistig und emotional freien Erleben, zu eigenverantwortlichen Stellungnahmen und zu einem eigenverantwortlichen Umgang mit seinem Leben und seiner Welt zu kommen.

Schlüsselwörter: Dialogfähigkeit, Entwicklung, Grundbedingungen der Existenz, Kind, Neurobiologie, Person

Fragebogenerhebung und kreativer Zugang zu existentiellen Fragestellungen im Rahmen von Schulprojekten Köchel Walburga

Diese Arbeit soll einen existenzanalytischen Zugang zu Schulprojekten aufzeigen. Dabei werden drei klassen- und fächerübergreifende Projekte zu den Themen „Gesundheit und Sport“ (im Schuljahr 2003/04), „Die rauchfreie Schule – gemeinsam gegen das Rauchen“ (im Schuljahr 2004/05) und „Die Haut“ (im Schuljahr 2005/06) vorgestellt. Die Einstellung Jugendlicher zu ihrem Körper wird mit den Frankfurter Körperkonzeptskalen (FKKS) erhoben, das Rauchverhalten mit dem Fragebogen zum Thema Rauchen von „kontakt+co“ der Suchtprävention des Jugendrotkreuzes, die Einstellung der Jugendlichen zu sich und der Welt mit der Existenzskala (ESK) und zusätzlich gibt es einen Fragebogen, der sich speziell auf das Thema Haut bezieht. Die Fragebögen werden entsprechend ausgewertet und der Zusammenhang von Körperkonzept und Existenzskala hergestellt. Im Rahmen von Workshops versuchen die Jugendlichen mit dem Werkstoff Ton ihren persönlichen Ausdruck zum Thema Rauchen darzustellen. Der Frage: „Die Haut als Grenze meiner Wohnung, wer wohnt da drinnen und was zeigt der, der da drinnen wohnt nach außen?“ wurde nachgegangen. Die SchülerInnen bastelten Masken bzw. Schachtel und bringen dadurch ihr „Inneres“ und „Äußeres“ zum Ausdruck und beziehen entsprechend Stellung dazu.

Schlüsselwörter: Existenzskalen bei Jugendlichen, Körperkonzept, kreative Methoden, Schulprojekt

DIPLOMARBEIT

„Sich selber wählen“

Selbstwerdung bei Sören A. Kierkegaard und in der modernen Existenzanalyse

Diplomarbeit Philosophie: von Markus Angermayr, 0120957

Der erste Teil, der Hauptteil der Arbeit, untersucht die Konzeption des Selbst bei Kierkegaard. Ausgehend von der Analyse verschiedener Lebensformen und der Diagnose der Verzweiflung wird die Konstruktion des Selbstbegriffs bei Kierkegaard nachgezeichnet. Die Struktur des Selbst und die Selbstwerdung durch Selbstwahl werden herausgearbeitet und ihre philosophisch-anthropologische Bedeutung herausgestrichen.

Anhand Kierkegaards Werken Entweder-Oder, Der Begriff Angst und Die Krankheit zum Tode werden zentrale Aspekte des Prozesses der Selbstwerdung beschrieben.

Dabei ergeben sich immer wieder Ansätze zur Reflexion der Bedingungen der Selbstfindungs- und Identitätsproblematik der Moderne.

Im zweiten Teil der Arbeit orientiert sich die Reflexion des Selbstbegriffs am modernen psychotherapeutischen Konzept der Existenzanalyse nach Längle. Am Konzept der personal-

existentiellen Grundmotivationen und der Methode der Personalen Existenzanalyse wird die Konstruktion des Selbst und der Prozess der Selbstwerdung betrachtet. Im Rahmen der Existenzanalyse wird das Selbst einerseits als dynamischer Raum aufgefasst, andererseits konkretisiert sich das Selbst durch die personale Antwort auf konkrete Daseinsbedingungen.

Im Kontrast von Kierkegaards Denken und der modernen Existenzanalyse werden Spuren Kierkegaards erkennbar und Differenzen sichtbar. Sie ermöglichen ein „Gespräch“ über die Zeiten hinweg. Dabei wird vor allem die „Bedeutung des Anderen“ für die Frage nach dem Selbst und der Selbstwerdung sichtbar. Selbstsorge und Anerkennung des Anderen gehören zur lebenslang aufgegebenen Identitätsarbeit.

Schlüsselwörter: „Das Andere der Vernunft“, Existenzanalyse, Grundmotivationen, Identitätsarbeit, Selbst, Selbstverfehlung, Verzweiflung, Wahl

PUBLIKATIONEN

Bauer E (Hrsg) (2007) **Freiheit in philosophischer, neurowissenschaftlicher und psychotherapeutischer Perspektive.** München: Fink

Bauer E (2007) **Zur aktuellen Infragestellung von Freiheit und Personalität.** In: Bauer E (Hrsg) Freiheit in philosophischer, neurowissenschaftlicher und psychotherapeutischer Perspektive. München: Fink, 19-50

Längle A (2007) **Existenzanalyse der Freiheit – Zur lebenspraktischen und psychotherapeutischen Fundierung personaler Freiheit.** In: Bauer E (Hrsg) Freiheit in philosophischer, neurowissenschaftlicher und psychotherapeutischer Perspektive. München: Fink, 139-171

Längle A (2007) **Sinnvoll leben – eine praktische Anleitung der Logotherapie (Arbeitsbuch).** St. Pölten/Salzburg: Residenz-Verlag

Längle A (2006) **Hysterie – Psychopathologie, Psychopathogenese und Dynamik. Versuch zur Rehabilitations des Konzeptes auf der Grundlage psychodynamischer und existentieller Dynamik.** In: Psychodynamische Psychotherapie. Forum der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie 5, 4, 187-203

Längle A (2007) **Existenzanalyse – durch Dialog zur Entscheidung anleiten.** In: Gesprächspsychotherapie und Personenzentrierte Beratung 38, 1, 7-10

Längle A (2007) **Sinn für Glück.** In: Smolka H-M (Hrsg) Die Reise zum Glück. Das Glück in der Psychologie und Medizin. Wien: Casinos Austria Verlag, Karte 21

Längle A (2007) **Im Bann der Angst.** In: Wege zum Menschen – Zeitschrift für Seelsorge und Beratung, heilendes und soziales Handeln, 59, 3, 266-280

Schüßler W (2007) **Unfreiheit als Fiktion – Zum Menschenbild in der Existenzanalyse Viktor E. Frankls und seiner Bedeutung für die gegenwärtige Diskussion um die Hirnforschung.** In: Bauer E (Hrsg) Freiheit in philosophischer, neurowissenschaftlicher und psychotherapeutischer Perspektive. München: Fink, 89-106



GLE
INTERNATIONAL

Gesellschaft für Logotherapie und Existenzanalyse

Vorankündigung:

„Für immer und ewig...?“

Paarkonflikte in Therapie und Beratung

Internationaler Kongress

2. - 4. Mai 2008

Berlin

Veranstaltungsort

Berlin, Ludwig-Erhard-Haus, Fasanenstr. 85, Berlin

Kongressleitung

Alfried Längle, Christoph Kolbe

Organisationsteam

Ruth Kathan-Windisch,
Godela von Kirchbach, Karin Steinert,
Andreas Stumm, Susanne Pointner

Veranstalter

**Internationale Gesellschaft für Logotherapie und
Existenzanalyse (GLE-International)**

Eduard-Sueß-Gasse 10, A-1150 Wien
Tel.: +43/1/985 95 66 Fax: +43/1/982 48 45
kongress@existenzanalyse.org

in Zusammenarbeit mit der **Gesellschaft für Logotherapie
und Existenzanalyse Deutschland (GLE-D), Hannover**
Tel.: 0511/529 49 77 buero@gle-d.de

Laufend mehr Informationen unter:

www.existenzanalyse.org

Approbationsansuchen bei deutscher und österreichischer
Ärztekammer
Approbationsansuchen beim ÖBVP für 21 Fortbildungs-Einheiten

Vorträge, Symposien, Workshops

Interdisziplinärer Dialog

- mit der Psychoanalyse
- mit der Verhaltenstherapie
- mit der systemischen Therapie
- mit der Transaktionsanalyse
- mit der Existenzanalyse

Symposia

- **Methodik der Paartherapie und
Paarberatung**
- **Spezielle Parathemen**
 - die Affäre
 - der Clinch
 - die Öde
 - die Individualisten
 - das homosexuelle Paar
 - das Paar im Patchwork
- **Paarkonflikte im Kindeserleben**

Gastvortragende

Dr.theol., lic.phil. Hans **Jellouschek**, Ammerbuch
Prof. Dr.med. Helm **Stierlin**, Heidelberg
Prof. Dr.med. Jürg **Willi**, Zürich

Vortragende aus der Existenzanalyse

Lic.phil. Brigitte **Heitger**, Bern
Susanne **Jaeger-Gerlach**, Berlin
Mag. Godela v. **Kirchbach**, Wien
Dr. Christoph **Kolbe**, Hannover

Rahmenprogramm

Ein unterhaltsamer Abend in Berlin –
lassen Sie sich überraschen!