



Bibliothek



Dawn J. Liphrott
 1177 Louisiana Ave. Suite
 212 Winter Park, FL 32789
 USA Tel: 407-740-7763
 dawn@relationshipjourney.com

imago-Gesellschaft Österreich
 Postfach 26
 A-1025 Wien
 Email: office@imagoaustria.at

Imago SPIEGEL

Bibliothek

Extrabeilage

www.imagoaustria.at

EINE INFORMATION DER IMAGO GESELLSCHAFT ÖSTERREICH

Theoretische Grundlagen der Imago-Paartherapie

Dawn J. Liphrott, M.S.W.

Übersetzung Charlotte Kronberger

Im Folgenden findet sich eine Zusammenfassung der Arbeitshypothese der Imago Beziehungstherapie, wie sie von Dr. Harville Hendrix formuliert wurde:

- Ehe ist ein Entwicklungsprozess, der die Entwicklungsprozesse des Individuums in Erwachsenenform rekapituliert.
- Stress zwischen Ehepartnern ist eine Rekapitulation der Entwicklungs-Stops jedes einzelnen Partners. Die Entwicklungs-Stops der Partner sind ähnlich oder identisch. Die Adaptionen daran sind komplementär.
- Stress zwischen Partnern ist eine Externalisation von innerem Stress und den Konflikten jedes einzelnen der Partner, die sich nun in der Arena der zwischenmenschlichen Beziehung abspielen.
- Adaptionen an Stress in der Kindheit bilden sogenannte ‚Charakter-Abwehren‘, d.h. Abwehr-Verhaltensmuster, die beim erwachsenen Menschen als Persönlichkeitsstruktur fungieren.
- Da diese Charakterformationen nicht nur rigide, sondern auch komplementär d.h. gegensätzlich sich ergänzend sind, müssen sie notwendiger Weise geändert werden, wenn es zu bleibender Verbesserung in der Paar-Beziehung kommen soll.
- Auf die Bedürfnisse seines Partners einzugehen, erfordert charakterliche Veränderung in einem selbst. Das Eingehen auf das Bedürfnis des Partners bewirkt diese Veränderung.
- Therapie muss entwicklungspezifisch sein, um wirksam zu werden, und sie muss sich auf die Reparatur der entwicklungs-mäßigen Hemmungen jedes einzelnen der Partner konzentrieren. Um die entwicklungsbedingte Hemmung aufzuheben zu können, muss jeder der Partner genau die Zuwendung (=nurturing, d.h. positives, unterstützendes Verhalten) bieten, die in dem betreffenden Stadium der Kindheit seines/ihrer Partners gefehlt hatte. Paradoxer Weise bewirkt das Schenken der Zuwendung, die unserem

Partner fehlt, charakterliche Veränderung in uns selbst, und verschafft uns Zugang zu ähnlichen oder identischen - bisher unbewussten - Zuwendungs-Defiziten in uns selbst.

- Die Rolle des Imago-Therapeuten ist es, genau diese Interaktion zwischen den Partnern zu ermöglichen (Hendrix, 1979).

Hendrix ist klar, dass der von ihm entwickelte Ansatz, den er Imago-Beziehungstherapie nennt, ein eklektischer ist, gewachsen aus Psychoanalytischer Theorie, Tiefenpsychologie, Behaviorismus, wie auch aus Elementen der Systemischen Theorie, Gestalttherapie, Transaktionsanalyse, und Kognitiver Therapie. Zusätzlich stützt sich Hendrix auf die Arbeit von Dr. Paul MacLean, der während seiner Tätigkeit am National Institute of Mental Health, Pionierarbeit an dem Konzept des ‚Dreiteiligen Gehirns‘ (Tripartite Brain) geleistet hat. Obwohl Hendrix starke Verbindungen zur Psychoanalyse bestätigt, erscheinen doch in vielen seiner Formulierungen spezifische Bezüge zur Britischen Schule der Objekt-Beziehungs Theorie, insbesondere zur Arbeit von D.W.Winnicott, M.D. und W.R. Bion.

Immer mehr Theoretiker anerkennen jetzt, dass die Anwendung von Psychotherapie in einer umfassenden Verhaltens-Theorie des Menschen basieren muss, welche die Entwicklungsstadien zur Grundlage hat. (Bagarozzi & Anderson, 1989)

Während dieser außerordentlich wichtige Faktor in viele individualtherapeutische Modelle Eingang gefunden hat, wird er in vielen Formen der Behandlung von Eheproblemen einfach ignoriert. Schon 1971 haben Bergin und Garfield in ihrem Handbook of Psychotherapy and Behavior Change: An Empirical Analysis, konstatiert:

Die Praxis der Psychotherapie muss in einer allgemeinen Theorie des menschlichen Verhaltens und der menschlichen Entwicklung wurzeln.

Es braucht theoretische Grundsätze, um zu belegen, wie sich unerwünschtes Verhalten oder ungewollte Verhaltensmuster entwickeln und aufrechterhalten werden.

Eine Theorie der Therapie (die mit der hier vorliegenden Theorie von menschlichem Verhalten und Dysfunktion konsistent ist) sollte insbesondere verlässliche Prozeduren nennen, konzipiert, um aus der Bahn gelaufene Interaktions- oder Entwicklungs-Prozesse zu korrigieren.



Bibliothek



Dawn J. Liphrott
 1177 Louisiana Ave. Suite
 212 Winter Park, FL 32789
 USA Tel: 407-740-7763
 dawn@relationshipjourney.com

imago-Gesellschaft Österreich
 Postfach 26
 A-1025 Wien
 Email: office@imagoaustria.at

Imago SPIEGEL

Bibliothek

Extrabeilage

www.imagoaustria.at

EINE INFORMATION DER IMAGO GESELLSCHAFT ÖSTERREICH

Bagarozzi und andere stellen also fest, dass die Praxis der Ehe- und Familien-Therapie, ebenso wie diejenige der Individualtherapie, von diesen Grundsätzen geleitet sein sollte.

Hendrix macht Gebrauch von einer adaptierten Version der ‚Stadien der Entwicklung‘ von Margaret Mahler, um die Auswirkungen von Erziehung und entwicklungspezifischen Bedürfnissen auf Beziehungen im Erwachsenenalter zu erforschen. Das Erfüllen entwicklungspezifischer Bedürfnisse und die in jedem Entwicklungsstadium möglichen Verletzungsarten gehören zu den Schlüssel-Vorstellungen in der Imago Beziehungstherapie.

Verletzungen in verschiedenen Stadien der Entwicklung sind die Ursache von reaktiven Abwehr- oder Schutzverhaltensmustern, welche die ganze Erwachsenenbeziehung hindurch aufrechterhalten werden. Diese reaktiven Muster werden über Generationen weitergegeben und affizieren nicht nur das familiäre System sondern darüber hinaus das Gesellschaftssystem als Ganzes. Dieser Vorgang ist von Natur aus zirkulär und führt zu Gesellschafts- und Familien-Haltungen, welche die Verletzung verstärken und perpetuieren.

Die besonderen Fertigkeiten, welche die Paare in Imago Beziehungstherapie erlernen, zielen darauf ab ein Klima in ihrer Partnerschaft zu schaffen, das das Auffüllen der von der Entwicklung her rührenden Defizite und das Heilen der Kindheitsverletzungen ermöglicht, ohne jedoch eine Ko-Abhängigkeit in der Beziehung zu pflegen. Es ermöglicht vielmehr Ko-Abhängigkeiten aufzulösen.

Untersuchungen in den Jahren 1969 bis 1991 haben übereinstimmend gezeigt, dass die Effektivität von Therapien wesentlich mehr mit der Qualität der Klienten-Therapeutenbeziehung zusammen hängt - insbesondere mit echter Empathie -, als mit einer speziellen Technik. (Truax & Carkhuff, 1969; Guntrip, 1973; Gurman, 1977; Orlinsky & Howard, 1978; und andere).

Kaplan (1991) betont den Bedarf an affektiver wie kognitiver Empathie, durch die wir die Gefühle des anderen annehmen und ‚halten‘ (contain), sowie diese anerkennen, und zwar aus der Perspektive eines eigenständigen, einzigartigen, aber doch verbundenen (connected) Selbst.

Die Rolle der Empathie beim zugänglich machen des Unbewussten wird ausführlich in Margulies (1989) behandelt. Er bezieht sich beim Gebrauch der Empathie auf die

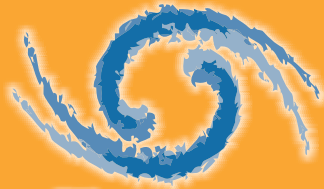
Behandlungsmethoden des Psychiaters Elvin Semrad. Semrad stellt fest, dass Unbewusstes unbewusst gehalten wird, wegen der Unfähigkeit einer Person, bei demjenigen Teil des Selbst zu bleiben, der sich unerträglich anfühlt, und infolgedessen vom Bewusstsein abgespalten wurde.

Empathie auf beiden Ebenen, der kognitiven und der affektiven, validiert einen Anteil des Selbst, der vor langer, langer Zeit von jemand anderem, und - in dem sich daraus ergebenden Schmerz - auch vom Selbst, für ungültig erklärt, abgelehnt oder ignoriert wurde. Durch Empathie kann man in dieses unerträgliche Gebiet eintreten und es wieder für gültig erklären (validieren). Durch längeres empathisches ‚Halten‘ und Kommunikation kann ein Mensch mit Hilfe des anderen eine Zeit lang in einem vorher unbetretbaren Gebiet bleiben. Dieser Mensch wird dann lange genug empathisch ‚gehalten‘ um dieses Gebiet in ein sich änderndes Weltbild zu inkorporieren, und eine neue Möglichkeit tut sich auf: Der Mensch gewinnt Zugang - durch das anscheinend Unerträgliche hindurch - zu einem ‚potentiellen‘ Selbst, das noch nicht Wirklichkeit geworden ist.

Wir sind gewohnt, allein in einer derartigen therapeutischen Beziehung jene Erfahrung zu sehen, welche die nötige Art von Sicherheit geben kann. Therapie war lange Zeit die einzig sichere Umwelt für den primitiven Teil des Gehirns, der nichts versteht außer der Erfahrung, jetzt.

Das wichtigste Werkzeug der Imago Beziehungstherapie ist eine spezielle Form des Paar-Dialoges, der Paare lehrt den Partner zu ‚halten‘, exakt zu spiegeln, und mit Hilfe des Dialoges strukturierte Prozesse durchzugehen, um an jene Verletzungen zu gelangen, die wir alle unsere ganze Entwicklungszeit hindurch erlitten haben.

Paare, die sich der Struktur des Dialoges bedienen, sind in der Lage einander durch verschiedene Prozesse beim Erreichen und Erkennen der Kindheitsverletzung zu helfen und ihre persönlichen Wege zu finden, einander zu helfen, diese Wunden zu reparieren. Das Bild vom Partner wandelt sich von "dem, der mir nicht gibt was ich brauche", zu "dem, der als Kind tief verletzt worden war, und mit ‚meiner‘ Hilfe sein inneres Selbst wiedergewinnen kann". Der Partner kann dann genau die korrektive Erfahrung bieten, die zur Heilung nötig ist. So wechselt die Haltung gegenüber dem Partner von Kritik und Vorwurf zu Mitgefühl und Hoffnung und



Imago

Bibliothek



Dawn J. Liphrott
 1177 Louisiana Ave. Suite
 212 Winter Park, FL 32789
 USA Tel: 407-740-7763
 dawn@relationshipjourney.com

imago-Gesellschaft Österreich
 Postfach 26
 A-1025 Wien
 Email: office@imagoaustria.at

Imago SPIEGEL

Bibliothek

Extrabeilage

www.imagoaustria.at

EINE INFORMATION DER IMAGO GESELLSCHAFT ÖSTERREICH

zur Verpflichtung zum Beistand bei der Heilung dieses Kindes/Erwachsenen.

Dadurch wird emotionale Sicherheit geschaffen und vertieft. Weit entfernt davon, nur eine von vielen Kommunikationsmethoden zu sein, bieten die im Workshop gelehrteten Fertigkeiten eine leicht erlernbare Struktur für sicheren, effektiven, heilsamen und dauerhaften Wandel. Auf revolutionäre Weise hat Dr. Hendrix die Kraft der heilsamen Beziehung, die traditionell der Therapeuten-Klienten Beziehung vorbehalten ist, in die Hände des Paares selbst gelegt. Imago Beziehungstherapie hilft Paaren aus dem Machtkampf herauszutreten und hineinzuwachsen in eine von Bewusstsein und Bewusstheit getragene Beziehung.

Das Young Family Project, eine bekannte Langzeit-Studie über gesunde Familienfunktion, und andere Studien, haben festgestellt, dass der wichtigste Faktor für die psychische Gesundheit des Kindes eine feste, ausgeglichene und gut-funktionierende Beziehung zwischen den Eltern ist. Die Familie ist ja kein in sich geschlossenes System. Sie wird nicht nur von der Gesellschaft beeinflusst, sondern beeinflusst und formt diese wiederum, durch ihre Mitglieder. Wir replizieren in der Gesellschaft, was wir in unseren eigenen Familien erfahren. Gesunde Familien zu schaffen ist ein Imperativ für unsere Welt, und die Stärkung und Heilung des Untersystems ‚Ehe‘ ist der Schlüssel dazu.

Minuchin (1974) und andere haben ausführlich darüber geschrieben, wie wichtig das Stärken und Schützen der Grenzen im Ehe-System für eine gesunde Funktion der Familie ist. Gewöhnliche Problem-Darstellungen in der Familientherapie decken oft festgefahrene Triaden von Transaktionsmustern auf: z. B. das "Dreieck" mit einem Kind (oder einem anderem Haushaltsmitglied), der Umweg über das "Problemkind", oder die Schaffung von Koalitionen von einem Elternteil mit einem Kind gegen den anderen.

So geartete Interaktionen dienen als "Fluchtwege" im Untersystem ‚Ehe‘, um den Stress und Mangel an Sicherheit mit dem Ehe-Partner zu vermeiden. Die Kommunikationsmuster, der Grad an emotionalem und physischem Kontakt und an Nähe, die Klarheit und Flexibilität der Grenzen, all das wird bestimmt durch das unbewusste Verletzen in der Kindheit. Auch disfunktionale Familienstrukturen, wie z. B. Verstrickung oder Abkoppelung, entstehen aus unbewussten Wunden und unbefriedigten Entwicklungsbedürfnissen. Ehe-System und

Familienleben stimulieren aufs neue das reaktive Verhalten, welches sich weiter verhärtet zu äußerst starren Mustern und Strukturen, die normalerweise jedem Wandel widerstehen. Das reaktive Schutzverhalten der Ehe-Partner wird weitergegeben in der Eltern-Kind Beziehung, und verewigt so jene verletzenden Selbstschutz-Verhaltensmuster in den Kindern, die diese wiederum in jede Beziehung in- und außerhalb ihrer Familie tragen.

Das Behandlungsmodell von Hendrix hilft Paaren ihre eigenen Wunden zu identifizieren und durch die Schaffung von starken, liebenden Beziehungen zu heilen. Es ist ein wirkungsvolles Hilfsmittel bei der Umwandlung der - durch Generationen weitergegebenen - gesellschaftlichen Dysfunktionen in Gelegenheiten zur Heilung. Das führt nicht nur zu erfüllenderen Beziehungen für die Ehe-Partner, sondern schafft auch gesündere Familien in einer sichereren Welt.