


PSYCHOLOGIE HEUTE

BEZIEHUNG

„Du denkst immer nur an Dich!“

In seinem neuen Buch analysiert Wolfgang Schmidbauer die Paardynamik des Vorwurfs.

VON MARC RACKELMANN

 02. FEB 2021

„Immer soll ich alles machen!“ „Du stehst nicht zu mir!“ „Du bist sexsüchtig!“ – Wenn es in einer Partnerschaft schwierig geworden ist, sind Vorwürfe meist nicht weit. Sie dominieren die Kommunikation in vielen angespannten Partnerschaften und sind das tägliche Brot in der Paartherapie.

Der bekannte Psychoanalytiker und Paartherapeut Wolfgang Schmidbauer hat den Vorwurf daher in den Mittelpunkt seines aktuellen Buches gerückt. In der Einleitung vergleicht Schmidbauer die Partnerschaft mit einem Gebäude, dessen Bauplan, anders als früher, nicht mehr von der Tradition oder der Religion bestimmt wird, sondern frei vom Paar entworfen werden kann. Der Wunsch, etwas Solides zu bewohnen,

erzeugt jedoch Spannungen: „Das Leben in festen Bauten ermöglicht ein hohes Maß an Komfort und Sicherheit um den Preis mehr oder weniger drückender Normen und Pflichten.“

Weiter schreibt er: „Während nun das erotische Begehren flexibel ist und leicht entflammbar, sind die Gebäude der Liebe fest und von Ängsten bewacht. Aus diesem Widerspruch entsteht das vertraute Bild des von Konflikten gequälten Paares: Bauvorschriften, Uneinigkeit über Umbaumaßnahmen, Vorwürfe über mangelnde Orientierung an dem gemeinsam gedachten und doch nicht gemeinsamen Plan bestimmen das Bild.“

Die unweigerlich im Beziehungsgebäude auftretenden Spannungen werden dem Fehlverhalten des anderen zugeschrieben und als Vorwurf an diesen adressiert. Vorwürfe können als missglückender Versuch gesehen werden, den ursprünglich symbiotisch-spannungsfreien Zustand der Beziehung wiederherzustellen.

Ein ernüchterndes Ergebnis

Vielleicht hilft es ja, den Partner oder die Partnerin zur Ordnung zu rufen, und alles wird wieder wie früher? Wie wir wissen, ist der Versuch, den anderen über den Vorwurf wieder zur Raison zu bringen, unweigerlich zum Scheitern verurteilt. Die Reaktion sind Gegenvorwürfe oder der Rückzug, was die Spannungen im Beziehungsgebäude verschlimmert. Wie lässt sich dem begegnen?

Um das ernüchternde Ergebnis vorwegzunehmen: Das Buch gibt darauf keine Antwort. Es dekliniert verschiedene Varianten des Vorwurfs durch. Jedes Kapitel ist einem spezifischen Vorwurf gewidmet, dessen Herkunft und typische Dynamik anhand einer Fallvignette verdeutlicht wird. Mit wenigen präzisen Strichen gelingt es Wolfgang Schmidbauer, die

jeweiligen psychologischen Faktoren und familiären Hintergründe zu skizzieren, die zu den unterschiedlichen Konstellationen und Dynamiken führen.

Er tut dies mit Leichtigkeit und fachlicher Expertise. An diesen Stellen macht das Buch Spaß und liefert immer wieder klug analysierte Zusammenhänge. Auch sprachlich bewegt er sich weit über der Ödnis vieler psychologischer Fachbücher. Er stellt vielfältige kulturelle und politische Bezüge zur Paardynamik des Vorwurfs her, die in den guten Momenten Funken der Erkenntnis schlagen, in weniger guten jedoch in den bildungsbürgerlichen Duktus des gediegenen Feuilletons abzurutschen drohen.

Ab einem bestimmten Punkt beginnt die Aneinanderreihung der verschiedenen Paarkonstellationen allerdings zu ermüden, denn die Kapitel enden stets unaufgelöst. Die Ermüdung weicht schließlich einer trostlosen Enttäuschung, da Schmidbauer auch am Ende des Buches die Antwort auf die zentrale Frage unbeantwortet lässt: wie denn nun das Paar aus seiner Misere herausbegleitet werden kann. Das ist, als ob er ein Theaterstück nach dem zweiten Akt enden ließe: Der Held ist in einer prekären Situation – wie wird er sich aus seiner Kalamität befreien können? Wir wissen es nicht.

Analyse des Ist-Zustandes

Schmidbauer begnügt sich mit der Analyse des Ist-Zustandes: „Die psychoanalytische Behandlung kann die Fundamente dieser Störungen der Kränkungsverarbeitung freilegen. Heilung sollte sie nicht versprechen.“

Im Schlusskapitel des Buches, „Die Überwindung des Vorwurfs“, folgt neben theoretischen Reflexionen schließlich der Hinweis, dass es gut wäre, den Dingen mit Humor zu begegnen. Das gilt sicher auch für diesen

Hinweis selbst. Ebenso hilfreich wäre es, der Autor würde einem magersüchtigen Mädchen raten, einfach mehr zu essen.

Dass es keine Auswege aus der Vorwurfshaltung aufzeigt, stellt ein schwerwiegendes Manko dieses Buches dar. Eben weil der Umgang mit Vorwürfen zum kleinen Einmaleins der Paartherapie zählt, bleibt das Buch, allen klugen Beobachtungen zum Trotz, hinter dem aktuellen Stand der Profession zurück.

Wolfgang Schmidbauer: Du bist schuld! Zur Paaranalyse des Vorwurfs. Klett-Cotta, Stuttgart 2020, 173 S., € 24,-

DIE REDAKTION EMPFIEHLT

BEZIEHUNG

Und wenn ich ihn nun doch nicht liebe?

Zweifel an der eigenen Beziehung sind eine große Belastung – für den Partner und insbesondere den Betroffenen.

LEBEN

Narzissmus

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Egoomanen. ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?

BERUF

Burn on

Viele Menschen fühlen sich erschöpft: zu viele Pflichten, zu viel Druck. Über den Zustand kurz vorm Burn-out – und wie wir uns daraus befreien.

MEISTGELESEN

1 LEBEN

Empathie

Empathie gilt als erstrebenswert – aber zu viel davon kann schaden. Doch was genau bedeutet Empathie, wie kann man sie messen und verbessern?

2 LEBEN

Narzissmus

Die Persönlichkeitsstörung ist in aller Munde – überall lauern scheinbar selbstverliebte Egomanen. ► Doch wie tickt ein Narzisst wirklich?

3 GESELLSCHAFT

Passiv-aggressiv?

Psychologie nach Zahlen: Fünf Erkenntnisse über passiv-aggressives Verhalten – und wie man ihm begegnen kann.