

# Der "emotionale Durchbruch" - ein verschenkter Augenblick der Begegnung

## Kommentar zu Henry T. Stein und Martha E. Edwards: Arbeit mit mangelnden Entwicklungserfahrungen in der klassischen Adlerianischen Psychotherapie

Gisela Eife

In: Zeitschrift für Individualpsychologie 25 (2000) 118-122.

Der Mangel.....	.....
Der Durchbruch.....	.....
Die Beziehung.....	.....
Klientin-Freundin .....	.....
Klientin-Mutter .....	.....
Klientin-Therapeut .....	.....

Den Hauptteil der in der vorliegenden Arbeit demonstrierten MEE (mangelnden Entwicklungserfahrung) (Stein, Edwards 2000) möchte ich in drei Abschnitte unterteilen. Im ersten Teil imaginiert die Klientin, wie sie sich als Kind einen Sonntagmorgen mit der Mutter vorgestellt hätte. Hier entsteht eine vertraute, fast intime Atmosphäre in der Sitzung, in der die Klientin sich bedürftig zeigen kann. Im zweiten Teil kommt es zu einem "emotionalen Durchbruch", als der Therapeut die Imagination aktiv weiterführt und die Mutter sich ans Bett der Klientin setzen lässt. Im emotionalen Durchbruch sind bisher verborgene Gefühle ganz präsent und ein Augenblick der Begegnung von Therapeut und Klientin ist möglich. Der Gehalt der Begegnung wird nicht ausgeschöpft, und vielleicht wird dadurch deren therapeutischer Wert unterschätzt. Vielmehr fährt der Therapeut fort in der Demonstration der MEE und will die "Heilung" dadurch herbeiführen, dass die Klientin sich selbst die liebevolle Zuwendung geben kann, indem sie eine liebevolle Mutter imaginiert. Diese Vermeidung der Begegnung und die Fortführung der Imagination stellen den dritten Hauptteil dar.

Der Schluss wird eingeleitet durch die Frage des Therapeuten, welche Schlussfolgerung die Klientin aus der Übung zieht. An dieser Stelle bleibt zunächst

auch der Klientin unklar, was der Therapeut meint und der Therapeut ist überrascht, dass die Klientin bereits die Imagination verlassen hat.

## **Der Mangel**

Die Klientin führt ihr Problem mit der Freundin auf ein Problem zurück, das sie mit ihrer Mutter hatte. Die Frage ist: Entstand damals ein Mangel, und blieb dieser Mangel bestehen, bis er nun durch die MEE behoben wird? Der Titel der vorliegenden Arbeit lässt so etwas vermuten: Eine mangelnde Entwicklungserfahrung soll nachgeholt werden. Was genau meint die Klientin, was ihr mangelt? Wieso blieb der Mangel so lange bestehen? Kommt hier eine aktive Beteiligung der Klientin hinzu, die den "Mangel" aktiv konservierte? Hat die Klientin schmerzvolle Gefühle in sich verschlossen, in einem mehr sicherndem Akt oder in einem mehr aggressiven Akt: Niemand soll jemals wieder daran rühren können! Haben die schmerzvollen Gefühle mehr mit einem Mangel an Zuwendung zu tun, oder mit einem demütigenden bedürftigen Ausgeliefertsein an ein mächtig erlebtes Gegenüber, welches die Zuwendung nicht gewährt? Glaubt die Klientin, es liege an ihr, dass die Beziehung unerfüllt blieb?

All diese Fragen lassen sich aus dem vorliegenden Material nicht beantworten. Das stellt den Wert der MEE nicht in Frage. Allerdings ergäben diese Gesichtspunkte in der nachfolgenden Analyse eventuell eine andere spezifischere Richtung.

## **Der Durchbruch**

Der Therapeut lässt in der Imagination die Mutter sich ans Bett der Klientin setzen. "Es soll bloß ein ruhiger Augenblick sein zwischen dir und ihr und sie mag dir ein paar Sachen erzählen, o.k.?" Dies berührt die Klientin sehr; sie hat Tränen in den Augen. Später sagt sie tief bewegt: "Ich möchte, dass sie mein Haar berührt und sagt, ich hab dich wirklich lieb." Da es vorher in der Imagination um das Thema Vernachlässigtwerden ging, hat die Klientin wohl solche ruhigen Augenblicke, solche "Begegnungen" mit der Mutter nicht erlebt. Ich glaube, in diesen berichteten Momenten war der Therapeut der Klientin ganz nahe. Indem er eine imaginierte Szene von Einander-nah- und offen-Sein formulierte, fand er "metaphorische" Worte für die emotionale Nähe, die zwischen Klientin und ihm in dem Moment da war und eine

Begegnung von Therapeut (nicht nur als "Mutter") und Klientin ermöglichte. Dies verwandelnde Gefühlserlebnis ereignet sich im Hier und Jetzt von Therapeut und Klientin, obwohl die Worte von Dort und Damals im metaphorischen Raum sprechen. Meines Erachtens sind Gefühle in Metaphern besser aufgehoben und ausgedrückt als in dem Versuch, die Beziehungsgefühle faktisch zu benennen.

Ich hätte mir gewünscht, dass hier die Demonstration aufgehört hätte. Die Frage ist, was berührte die Klientin so? Ist es der gefühlte Mangel? Ist es die plötzliche Erfahrung von Nähe und Offenheit zwischen zwei Menschen? Ist es der Schmerz über eine bisherige Verslossenheit (Abwehr der Nähe), die im Moment des Sichöffnens auch gefühlt werden kann?

Was immer es ist, was die Klientin so tief berührte - diesen Moment empfinde ich als "moment of meeting", wie Daniel Stern ihn definierte (1998). Ich glaube, es geht um das Gewahrwerden bisher verschlossener oder nicht gelebter Gefühlsbereiche und um deren Integration. Es geht nicht um ein Nachholen vergangener Versäumnisse.

In der Demonstration wird dieser Moment vom Therapeuten anscheinend nicht in dem Sinne wahrgenommen, wie es Stern für den moment of meeting beschreibt: als Erschütterung des Therapeuten (Zerbrechen der therapeutischen Rolle). Der moment of meeting muss darum meines Erachtens nicht notwendigerweise "verfehlt sein", wie Daniel Stern meint. Ich glaube, zum Glück wirkt vieles heilsam, obwohl wir Therapeuten es übersehen oder lange Zeit falsch verstehen. Der Therapeut fährt fort mit der Demonstration der MEE. Er möchte der Klientin mit Hilfe einer weiteren Imagination die mangelnde Entwicklungserfahrung ermöglichen, indem er sie imaginieren lässt, was die Mutter ihr geben sollte, um den Mangel zu beheben. Als er dann fragt, welchen Schluss die Klientin daraus zieht, entdeckt er, dass sie inzwischen nicht mehr in ihren "Kindheitsgefühlen" ist, sondern im Hier und Jetzt. Die Frage ist, seit wann ist sie im Hier und Jetzt, erst seit der Frage des Therapeuten nach einer Schlussfolgerung oder schon vorher, als der Augenblick einer möglichen Begegnung vorüberging und die Klientin die Erwartungen des Therapeuten gespürt hat und darauf eingegangen ist?

## **Die Beziehung**

Wie ist die Beziehung von Therapeut und Klientin? Besteht eine Übertragungsbeziehung? Sind störende Fiktionen von Therapeut oder Klientin zu erkennen?

Henry Stein sagt, die MEE muss gut vorbereitet sein. Meine E-Mail-Anfrage nach möglicher Anpassung der Klientin an die Erwartungen des Therapeuten beantwortete er, dass er die MEE erst anwende, wenn er die Psychodynamik der Minderwertigkeitsgefühle, des Ziels der Überlegenheit, des Lebensstils, des Apperzeptionsschemas und der privaten Logik ziemlich genau kenne. Falls er eine solche Anpassung wahrnehme, müsse diese erst aufgedeckt werden vor Durchführung einer MEE.

### ***Klientin-Freundin***

Die Frage ist, ob sich in der Beziehung Klientin-Therapeut ein Muster wiederholt, welches lebensgeschichtlich bedeutsam ist, bzw. ob genau das Problem, weswegen die Klientin kommt, auch in der Beziehung präsent ist. Ich glaube, es ist immer präsent, aber oft schwer zu entdecken. Wie ist also das Beziehungsmuster (bzw. die Übertragung) Klientin-Freundin im Vergleich zu Klientin-Mutter und Klientin-Therapeut? Von der problematischen Beziehung Klientin-Freundin erfahren wir folgendes. Die Klientin erlebt den telefonischen Anruf der Freundin so, als sage diese zu ihr: "Ich rufe an, um mal nach dir zu sehen." Dies löst in ihr aus, dass "es mich zerreißt, wenn sie anruft, und ich geradezu zittere --ich will raus gehen, ich werde verwirrt und fühle mich richtig klein."

Warum zittert die Klientin, wenn die Freundin anruft? Aus Angst? Oder Wut? Wenn Wut dabei ist, scheint sie die Wut nicht zu spüren. Sie selbst vermutet, dass es auf ihre Mutter zurückgehe. "Irgendwie bin ich da wohl hängengeblieben". Bei der MEE sagt die Klientin: "Ich fühle [gegenüber der Mutter] Angst und fühle mich vernachlässigt", das Vernachlässigtsein sei stärker als die Angst, deshalb geht es bei der MEE um dies letztere Gefühl, nicht um die Angst. Wie nun passt das Zittern zu dem Gefühl, vernachlässigt zu werden? "Nach elf Jahren macht es mir irgendwie Angst, sie (die Freundin) gehen zu lassen." "Da gibt es etwas, das ich immer noch festhalte, das stöpselt mich richtig an ihr fest, und ich sehe, dass es manchmal eine missbräuchliche Beziehung ist." Wir erfahren außerdem, dass die Klientin Autoritätsfiguren verehrte.

"Es war, als ob sie mich elf Jahre lang kontrolliert hätte und in vielfältiger Weise für mich gesorgt hätte. Und ich ließ sie das tun. Aber jetzt bin ich an einem Punkt in meiner Entwicklung, wo es mich zerreißt, wenn sie anruft und ich geradezu zittere." Zum Zittern gehört noch, dass die Klientin sich klein fühlt, wie ein Kind.

Der Anruf der Freundin: "Hallo, ich rufe an, um mal nach dir zu sehen", zeigt ja keine Vernachlässigung. Handelt es sich um einen fürsorglichen Kontrollanruf, um eine Bemächtigung, vor der die Klientin sich ohnmächtig und klein (und evt. gedemütigt) fühlt?

Handelt es sich also bei dem Zittern um die Angst vor der Kontrolle durch die Freundin, vor deren Zugriff? Ist es ein Zittern aus Angst, aus Hilflosigkeit und Schwäche vor der Macht der Freundin, oder handelt es sich bei dem Zittern um eine gebremste Aggression, um einen gebremsten Schlageimpuls? Oder hat die Klientin Angst vor der eigenen Aggression? Die Frage hier ist, würde die geführte Imagination anders verlaufen, wenn der Therapeut diese möglichen Affektverschrnkungen und deren Bedeutungen für die Klientin geklärt hätte?

In dem komplexen Geschehen spürt die Klientin im Moment des Anrufs sicher auch eine emotionale Vernachlässigung, ein Nicht-wirklich-wahrgenommen-werden. Warum hält die Klientin unter diesen Umständen an der Freundin fest? Kann sie nicht glauben, dass es eine andere Form der Zuwendung gibt, glaubt sie, sich immer bevormunden lassen zu müssen, weil sie sich in der Erwachsenenwelt so hilflos fühlt? Glaubte die Klientin, sich unterwerfen zu müssen und zittert sie darum aus Angst und Wut?

### ***Klientin-Mutter***

Die Klientin fühlt sich zu Beginn der MEE klein, wie ein 4-5jhriges Kind. "Unruhe im Magen, ich mag nicht, wenn ich so bin." Sie mag sich nicht klein und abhängig fühlen. Sie fühlt Angst vor den Befehlen und den Schlägen der Mutter und fühlt sich von der Mutter vernachlässigt. Die Mutter habe ihr nie geholfen. Da die Klientin in der MEE imaginiert, dass die Mutter am Vorabend ihr schon die Kleider zurechtgelegt habe, so dass sie dann weit, was sie anziehen soll und sich schnell fertig machen kann, ist daraus ableitbar, dass die Klientin sich von den Erwartungen ihrer Mutter überfordert fühlte. Anscheinend verlangte die Mutter, dass das kleine Kind sich für

die Kirche schön anziehen sollte, ohne dass das Kind wusste, welche Kleidung die Mutter für passend hielt.

### ***Klientin-Therapeut***

Die Frage ist, ob sich das Beziehungsmuster Klientin/Freundin oder Klientin/Mutter mit dem Therapeuten wiederholt. Die Klientin wirkt anfangs so, als sei sie nicht eingeschränkt sowohl von negativer (Angst vor Schlägen) wie auch von idealisierender (Verehrung von Autoritätspersonen) Übertragung. Henry Stein spricht achtsam mit ihr, nicht überfahrend kontrollierend und nicht angsterregend. Die Klientin kann die Kindheitssituation frei entfalten.

Eigentlich stellt die MEE so etwas ähnliches dar wie der Telefonanruf der Freundin: 'Ein-nach-ihr-Sehen', diesmal aber nicht in zurechtweisender, sondern in hilfreicher Weise. Das bedeutet, dass die Klientin sich klein und verwirrt fühlen darf und der Therapeut dies nicht in besserwisserischer Manier ausnutzt. Henry Stein führt die Imagination sehr behutsam, respektvoll und einfühlsam. Deshalb kann sich die Klientin ihren "Kindheitsgefühlen" überlassen.

Erst gegen Ende der MEE erweckt der Therapeut den Eindruck, er wolle der Klientin "etwas ermöglichen" im Sinne einer Könnensvorstellung oder Heilerfiktion. Als die Klientin tief bewegt sagte: "Ich möchte, dass sie [Mutter] mein Haar berührt und sagt, 'ich hab dich wirklich lieb'", ein Moment der Erschütterung und des Innehaltens, da fährt der Therapeut mit der Imagination fort und möchte in der Imagination etwas wahr werden lassen, was im Augenblick, im therapeutischen Raum, sich schon ereignet hat. Und er möchte immer noch mehr "wahr werden lassen" und fragt die Klientin, ob es noch ein paar Dinge gäbe, die sie die Mutter gerne tun lassen würde. Und die Klientin geht darauf ein. Hier wird das Beziehungsmuster ähnlich dem Muster Freundin-Klientin. Die Klientin überlässt sich der Autorität, die es besser weiß.

### **Literatur**

Stein T. Henry, Edwards E. Martha: Arbeit mit mangelnden Entwicklungserfahrungen in der klassischen Adlerianischen Psychotherapie. Zeitschrift für Individualpsychologie 25 (2000) 100-117

Stern DN, et al. (1998): Non-interpretive mechanisms in psychoanalytic therapy. The 'something more' than interpretation. The Process of Change Study Group. Int J Psychoanal. 79: 903-21

Dr. med. Gisela Eife

Fachärztin für Psychotherapeutische Medizin/Psychoanalyse, Supervisorin, Lehranalytikerin (DGPT, DGIP),

Leiterin der Psychotherapeutischen Ambulanz für Erwachsene des Alfred-Adler-Instituts München

St.-Anna-Platz 1

80538 München

Tel: 089/29161938

Fax: 089/299518

E-Mail: eife@g-eife.de