Verstörung als Wegweiser

Übertragungsphänomene im Beratungsalltag

Phänome von Übertragung und Gegenübertragung schwingen beim Beraten von Müttern und Vätern immer mit. Spätestens, wenn die Mütterberaterin in einer Klientin die eigene Mutter zu sehen glaubt, lohnt es sich, hellhörig zu werden. Denn gerade besonders auffällige Situationen sind perfekte Gelegenheiten, auf die Ursachen eines Problems zu stossen und Lösungen zu finden. Anhand einiger Praxisbeispiele beleuchtet Psychotherapeut Thomas Lempert die Hintergründe von Übertragungsgeschehen.

Bauchweh, Unbehagen, Nervosität oder Agressivwerden – alle diese Reaktionen können aufschlussreiche Signale für eine Übertragung sein. Und damit eine wertvolle Quelle für mögliche Lösungen.

Fotos: Ursula Markus

Ein Bauchgrummeln war ein auffälliges Merkmal für die erfahrene Mütterberaterin. Sie hatte normalerweise einen robusten Magen und eine gute Verdauung. Nachdem sie jedes Mal mit ihrer Klientin diese diffusen (Bauch-)Gefühle hatte, sprach sie das direkt an: «Ich habe oft mit Ihnen während unseren Sitzungen ein komische Gefühl im Magen, als ob ich etwas Falsches gegessen hätte. Merkwürdig finde ich das, sonst habe ich nämlich einen guten Eindruck von unserer Zusammenarbeit. Haben Sie eine Idee, was da passiert?» Die Klientin wurde augenblicklich rot und war sichtbar verlegen. «Ich, äh, ich habe Ihnen nicht immer die Wahrheit erzählt.» Im Gespräch dann kommt Erstaunliches zutage: Die Klientin hatte ein langjähriges Essproblem (Bulimie), war deshalb seit Jahren in Behandlung und hatte sich vorgenommen, in den Beratungsstunden wie eine störungsunauffällige, gesunde Mutter zu wirken. Das strengte sie ungemein an, sie fühlte sich meist kurz vor Aufdeckung des Geheimnisses. Mit ihrem Baby hatte sie aber erstaunlicherweise ein normales Stillverhalten unter Aufbietung all ihrer Kräfte hinbekommen – die junge Mutter hatte allerdings fortwährend Angst, dass der Körper sie im Stich liess. In den darauf folgenden Beratungen konnten die Ängste der Mutter fachlich thematisiert und gelindert werden. Das ärgerliche Bauchgefühl bei der Beraterin trat nicht mehr auf, die Beratungssituation war (erst jetzt) ‚normal' geworden, so wie es auch das Ziel der Klientin gewesen war.

Der Übertragungsgedanke ist kein alter Zopf

Mit diesem Beispiel sind wir mittendrin in der heutigen Diskussion um Übertragungsphänomene. Die Dynamik beim diese Praxisbeispiel ist seit langem theoretisch beschrieben worden, das Verhalten der Beraterin allerdings wäre früher äusserst umstritten gewesen. Das Ansprechen von eigenen irritierenden Erfahrungen in einer Beratungssituation ist heute üblich. Früher

war die Einschätzung deutlich anders. Sigmund Freud schreibt 1912: «Der Analytiker soll sich den Chirurgen zum Vorbild nehmen, undurchsichtig für den Analysierten bleiben und wie eine Spiegelplatte nichts anderes zeigen als was ihm gezeigt wird.»
Warum diese radikal abstinente Haltung? Ein Ausflug in die Geschichte klärt. 1910 hatte C.G. Jung eine Affäre mit der Patientin Sabine Spielrein. Jung war der Musterschüler von Sigmund Freud. Die Psychoanalyse, die erstmals in der menschlichen Geschichte systematisch interaktive Beziehungsphänomene beschrieb und darauf aufbauend auch Heilungskonzepte entwickelte, war damals neu und noch wenig anerkannt. Die Tendenzen, die Psychoanalyse in einer gefühlsarmen, fast sterilen Atmosphäre weiterzuentwickeln, wurden durch die Affäre bestärkt.
Klärend sind nun die Definitionen der Begrifflichkeiten. Kurz umschrieben ist im klassischen Verständnis die Übertragung ein Verschieben von Gefühlen oder Phantasien, welche in Zusammenhang mit bedeutenden Personen der Kindheit entstanden sind, auf ein Gegenüber. Wenn also die Klientin starke Abhängigkeitsgefühle der Beraterin gegenüber entwickelt, starke Nähe braucht, beispielsweise oftmals weint oder auch so oft wie möglich einen Termin will, obwohl kein äusserer Grund gegeben ist, oder wenn die Klientin erwähnt, die Beraterin erinnere sie an ihre Mutter, dann kann das Phänomen klassisch Übertragung genannt werden.
Auf dem theoretischen Gegenpol könnte aus systemisch-konstruktivistischer Sicht erläutert werden, die Klientin – wie auch die Beraterin – konstruieren sich ihre Wirklichkeit zum Verständnis von Beziehungen selbst. Zum Beispiel, indem die Beraterin das Verhalten der Klientin mittels des Konzepts der Übertragung zu verstehen (zu konstruieren) versucht. Dagegen konstruiert die Klientin eine Brücke von ihrer Erfahrung ihres Umgangs mit ihrer Mutter zum Umgang mit der Beraterin. Und das Beschreiben dieser Situation wiederum ist eine Wirklichkeitskonstruktion des Autors; das Verstehen des Geschriebenen eine Konstruktion der Leserin. Und so weiter.

Die klassische psychoanalytische Position ist heute bei Psychoanalytikern selten in reiner Form anzutreffen, ist auch wenig hilfreich in Bezug auf eine Beratungssituation. Schliesslich geht es in der Beratung nicht um das Dort und Damals, sondern um das Hier und Heute, gerichtet auf ein klares Beratungsziel, oder zumindest genährt von einem Beratungsauftrag. Das heisst auch, dass ein wildes Deuten von Beziehungsphänomenen zwischen Beraterin und Klientin und den sie umgebenden Systemen wenig sinnvoll ist. Bereits 1924 hat sich der Psychoanalytiker Sandor Ferenczi gegen einen «therapeutisch wirkungslosen Deutungsfanatimus» gestellt. Am Heikelsten sind daher Hobbyanalytiker, die es unter Beraterinnen und Beratern oft gibt, welche vorschnell irgendwelche fixierten Deutungsmuster aufstellen und jegliche Erfahrung diesen Deutungsmustern ‚anpassen'. Es geht zunächst nur um das Gewahr-Werden von etwas, das ich erst einmal nicht verstehe. Aber eben auch erst einmal nicht verstehen will, damit ich nämlich offen bin für weitere ähnliche Erfahrungen und überraschende Erkenntnisse.
Überraschungen also helfen weiter, auch Überraschungen, welche sich bei der ‚Aufdeckung' von Übertragungsphänomenen äussern. Überraschung ist ja meist erwartungswidrig, wir erwarten etwas nicht, aber es passiert. Die Offenheit für Überraschungen, welche nicht als unliebsame Störung, sondern als wichtige, hilfreiche (Ver-)Störung begriffen wird, gehört zur beraterischen Kompetenz dazu: «Egal, was passiert, es ist das Einzige, was passieren konnte.» (Harrison Owen).

Das Ansprechen von irritierenden Gefühlen in Beratung und Therapie ist heute üblich, will allerdings gelernt und geübt sein.

Ein Baby ist auch noch im Beziehungsgeschehen präsent

Eine andere Praxissituation bringt da weitere Perspektiven: Schon im Vorfeld der Beratungssitzungen ist die Beraterin nervös. Die gross gewachsene, auftrittsstarke Mutter stillt ihr Kind seit einem Jahr, es hängt gewöhnlich schlaff im Tragetuch («wie ein nasser Sack»). Die Nervosität der Beraterin steigert sich gewöhnlich während den Sitzungen, sie spürt Aggressionen gegenüber der meist über die persönliche Berufssituation jammernde Mutter. Das Kind tut der Beraterin Leid. Es wird in der Reflexion einer Fallpräsentation durch die Beraterin in einem Weiterbildungssetting klar, dass der abwesende Vater mit der Aggression der Beraterin zu tun hat. Wie das? In einer Weiterentwicklung der Bindungstheorie hin zu einer wissenschaftlichen Betrachtung der Triangulierung hat Daniel Stern (in:

Welter-Enderlin, s.u.) die Richtung gewiesen. Kleinkinder sind in der Lage, Muster gut wiederzuerkennen und richten ihr Verhalten danach aus. Das Jammern der Mutter hat den Reflex des ‚Totstellens' des Kindes als Begleiter. Diese Konstellation wiederum scheint eine klassische Konstellation der Beziehungsdreiecke in dieser Familie zu sein. Da fehlt einzig das dazugehörige Verhalten des Vaters. Dieses übernimmt in der Übertragungsdynamik die Beraterin mittels der bei ihr auftauchenden Aggression. Es ist nun müssig, den Grund der Aggression beim Vater zu suchen (die Frage nach Zweisamkeit bis hin zur Sexualität des Paars könnte da interessant sein). Entscheidend ist, dass der Vater zwingend zu einer Sitzung der Mütterberatung eingeladen werden muss, damit die Aggression wieder eindeutig innerfamiliär repräsentiert wird und die Beraterin einen entlasteten Blick von aussen auf die Familie werfen und gegebenenfalls eine Auftragsklärung vornehmen kann.

Bei der beschriebenen Beratungssituation ist ein anderer Aspekt ebenfalls beachtenswert: Dass bei der Beraterin die Aggression ohne für sie erkennbaren Grund auftritt, ist bereits in alter Lesart eine heikle Sache. «Man muss also seine Gegenübertragung jedes Mal erkennen und überwinden, dann erst ist man selbst frei. (...) Wer in einer solchen Selbstanalyse nichts zustande bringt, mag sich die Fähigkeit, Kranke zu behandeln, ohne weiteres absprechen.» (Freud, 1910). Im erwähnten Beispiel hätten innerhalb einer Psychoanalyse idealerweise gar keine Gefühle wie Nervosität oder Aggression aufkommen dürfen resp. diese Gefühle hätten subito klar analysiert werden müssen. Diese Gegenübertragung war zu Beginn der psychoanalytischen Denkweise vor nunmehr 100 Jahren ein deutlicher Makel. Aber das Beispiel zeigt schön auf, wie sinnvoll das Beachten und das Analysieren des Gefühls sind. Dadurch erst wird klar, dass der Vater mit seiner Rolle in die Beratung einbezogen werden muss. Paula Heimann beschrieb 1950, dass solcherart Gefühle kein Mangel, sondern im Gegenteil «ein wichtiges Werkzeug für die Arbeit innerhalb der psychoanalytischen Situation» sind. Und nicht nur das: Heute wird postuliert, dass die Fähigkeit, Gegenübertragungen zu empfinden, eine Notwendigkeit darstellt und gar nur mit guter Qualität des Resonanzbodens auch qualitativ gute Arbeit möglich ist. Der Umkehrschluss ist da nicht weit – je fixierter der Resonanzboden ist (also je weniger der innere Boden in Schwingung kommen kann), desto mehr leidet die Arbeitsqualität. Gegenübertragung ist der «Flügel, auf dem diejenige Saite mitschwingt, die auf einem anderen angeschlagen wird» (Gerhard Scheunert).

Doch ist hier bislang in den Beschreibungen die klassische Position wenig hinterfragt worden, wonach das ganze Übertragungs- und Gegenübertragungsfeld eine eindimensionale Sache ist. Hier der Klient, dort die Beraterin. Hier die Übertragung, dort die Gegenübertragung. Es ist alles komplexer.

Bleiben Beziehungsknäuel wilde Beziehungsknäuel?

Sind Beraterinnen etwa immun gegen eigene Übertragungen auf die Klientin – «die ist wie meine Klassenkameradin in der Schulzeit» – oder spüren Klientinnen nichts von ihren eigenen Gegenübertragungen (um jeweils noch immer in der klassischen Terminologie zu bleiben)? Die Antworten sind eindeutig. Also gilt es, ein zirkuläres Beziehungsgeschehen zu beschreiben, in welchem Übertragungsphänomene wild hin und her laufen. Der Mensch ist keine Maschine, die Beraterin kein Spiegel. Die Klientin ist kein offenes Geheimnis und kein resonanzloses Objekt. Die Dynamiken scheinen unlösbar. Die Grundfrage ist dann: Sind wir grundsätzlich als Menschen den Phänomenen ausgeliefert oder können wir diese dirigieren? Bleiben wir abhängig und können nur weiteragieren? Regisseurin bei diesem komplexen interaktiven Spiel werden wir, wenn wir Einsicht gewinnen und verstehen lernen, dann aus diesem Verständnis neue Handlungsmuster entwickeln können.

Ein drittes Beispiel aus der Praxis zeigt die facettenreichen Übertragungsphänome gut auf: Die Zeit gerät in Vergessenheit. Seit die ersten beiden Beratungssequenzen je fast doppelt so lange wie geplant gewesen sind, weiss die Beraterin, dass sie in den Sitzungen mit der Klientin besonders auf die Uhr achten muss. Trotzdem ist die Beraterin in jeder Sitzung «wie von einem magischen Bann» umgeben, die Zeit läuft meist aus dem Ruder. Zeitmanagement-Tipps sind nutzlos, sonst nämlich ist sie dafür bekannt, dass sie mit ihrer langjährigen Erfahrung eine zeitlich und exakt arbeitende Fachfrau ist. Manchmal ein wenig penibel, aber stets wohlwollend. Sie weiss, wie sie den Schlingen der Zeitfallen ausweicht, wie sie Redeflüsse bremsen oder auch einmal weinende Augen mittels klarer, empathischer Interventionen trocknen helfen kann.

Was passiert aber mit der Klientin? Diese ist eine zierliche Frau Anfang 30, spricht leise und überlegt. Sie hat ein erstes Wunschkind bekommen und scheint ihre Aufgabe gut erfüllen zu können. Sie kommt so oft es geht in die Sprechstunde. Ihren Job als Krankenschwester hat sie bewusst aufgegeben. Geplant ist, in zwei oder drei Jahren wieder einzusteigen. Das Baby ist lebendig, schaut wach umher, gluckst und lächelt viel. Den Ehemann, der als Bauschlosser arbeitet, kennt die Mütterberaterin nicht. Die Ehe ist laut Aussagen der Klientin sehr harmonisch.

Erst nach einer Fallvorstellung im Team kommen wichtige Erkenntnisse. Eine Kollegin bemerkt knapp und mit einer gewissen Spitze: «Das scheint ja alles perfekt zu sein. Viel zu perfekt. Das passt doch zu dir, oder?» Die Bemerkung sitzt: Nach einem ersten Ärger über die Kollegin während der Sitzung regen sich nachträglich auf dem Weg nach Hause erste Erkenntnisse bei der Beraterin. In einer folgenden Supervision konkretisieren sich die komplexen Phänomene.

Die Klientin hatte zielgenau eine Eigen-

Übertragung

- Verschieben von Gefühlen/Eigeschaften/Phantasien, weche in Zusammenhang mit bedeutenden Personen aus der Kindheit entstanden sind, auf ein Gegenüber (klassische psychoanalytische Position)
- In der menschlichen Interaktion fortwährend zutage tretende, das Leben organisierende – meist aus gelebter kindlicher Erfahrung stammende – Muster (selbststärkend oder -schwächend), welche zukunftsorientiert verändert oder verbessert werden können (moderne psychoanalytische Position)
- Manifestationen (hinderliche oder förderliche) aus dem kollektiven Unbewussten bei einer einzelnen Person (analytische Position nach C.G Jung)
- Verzerrung von gegenwärtigen Beziehungsmustern durch Erfahrungen aus früheren Beziehungen (klassische Position der Gestalttherapie)
- In der Interaktion in Beziehungssystemen unterschiedlich zutage tretende, das gemeinsame Leben organisierende Selbstorganisationsprozesse (systemtheoretische Position)
- Erkenntnis von Konstruktionen von Wirklichkeit unter besonderer Berücksichtigung von interaktiven Prozessen (konstruktivistische Position)

Gegenübertragung:

- Gefühle und Phantasien, welche das Gegenüber beim Analytiker aufgrund dessen problematischen innerpsychischen Vorgängen auslöst (klassische psychoanalytische Position)
- Reaktion der Analytikerin auf die Analysandin, deren innerpsychische Vorgänge sowie auf deren Übertragung (modernere psychoanalytische Position) (Oder: Das verinnerlichte, innere Drama des Klienten wird auf der Bühne bzw. der Beraterin – in deren psychischen Innenraum inszeniert)
- Das Wahrnehmen gemäss eigenem Lebensstil von Gefühlen, Neigungen und Phantasie wegen des Klienten (individualpsychologische Position)
- Im interaktiven Feld zwischen Beraterin und Klient entstehende archetypische Bilder, Geschichten etc. bei der Beraterin (moderne analytische Position nach C.G. Jung)
- Vom Kontext mitbestimmte Wirkungen in Beziehungssystemen (systemischer Fokus)

schaft der Beraterin genutzt – den Perfektionismus und den verinnerlichten Hang, ‚ihresgleichen' Wert zu schätzen und unkritisch zu betrachten. Auch umgekehrt ist die Situation zu beschreiben: Die Übertragung der Beraterin auf die Klientin erfolgte gezielt («die ist so ähnlich wie ich»). In der Mütterberatung lief es genauso ab, wie die Klientin es in ihrer Ehe macht: Suggestives sich Einreden, dass alles perfekt ist. Die Dynamik zwischen den Ehepartnern war so eingespielt und vervollkommnet, dass dieses Übertragungsphänomen bei der Beraterin auf fruchtbaren Boden fiel und die Beraterin auch in Bezug auf ihr Zeitmanagement eingelullt wurde. Auch hier bietet die Analyse des Geschehens die Grundlage für eine Lösung: Die Klientin spürt das Wohlwollen der Mütterberaterin, fühlt sich rundum wohl und sieht keinen Grund, diese schützende Atmosphäre zu verlassen. Kein Wunder, dass sie immer wieder kommt und die knapp bemessenen Ressourcen der Mütterberaterin mehr als strapaziert.

Erst die selbstkritische Analyse des Geschehens ermöglicht der Beraterin, in der nächsten Stunde auf die familiäre Situation der Klientin zu sprechen zu kommen. Es ist dann fast keine Überraschung mehr zu vernehmen, dass der Ehemann seit langem eine Freundin hat, die Ehefrau diesen Umstand aber verdrängt. Hier hat also die Mütterberatung auch als Fixierung des Nicht-Sehen-Wollens gedient! Im Folgenden beendet die Klientin von sich aus die Beratung und nach einer erfolglosen Paartherapie kommt es rasch zur Scheidung.

Langsames Antworten gefragt

Beraten heisst Antworten. Eine Klientin hat ein Bedürfnis, die Beraterin gibt den Rahmen, damit dieses Bedürfnis gestillt wird. Unter Erwachsenen heisst dieses Stillen auch einmal Widerstand bieten, Frage stellen, Eigenverantwortung einfordern, Selbstreflexionsfähikeit fördern. Das Geben von Tipps kann auch eine Nicht-Antwort sein, wenn nämlich die Klientin nur vordergründig eine schnelle Antwort möchte. Wenn das so einfach wäre, hätte meist eine schnelle Antwort schon Platz gehabt, ein entsprechende Broschüre wäre gelesen, eine Internetseite aufgerufen, eine Freundin gefragt worden. Eine langsame Antwort ist also oft gefragt, eine Antwort über Umwege, über wenig ausgetretene Pfade. Die Übertragungsphänomene können solcherart Antworten sein, weil sie eher eine Konstante in den Beziehungsdynamiken sind, welche sich ansonsten immer wieder neu formen. Wenn also eine Beraterin einen stark schwingungsfähigen Resonanzboden für Übertragungsphänomene hat, dann ist das zu begrüssen, ja sogar dessen Nutzung aktiv zu entwickeln. Wenn es nicht primär um therapeutische Prozesse geht, ist methodisch zu empfehlen, zuerst ein paar Mal das Phänomen einer Übertragung im Umgang mit Klientinnen mit offenen Augen zu beobachten, eventuell in Intervision oder Supervision zu analysieren und erst dann die Angelegenheit mit der Klientin zu thematisieren. Konkret hat das Bauchgrummeln die Beraterin im ersten Fallbeispiel so stark irritiert, dass sie sich entscheiden musste, die Klientin direkt anzusprechen – um konstruktiv professionell weiter zu arbeiten, also um Antworten geben zu können.

Thomas Lempert

Literatur

- Aron R. Bodenheimer: Verstehen heisst Antworten, Stuttgart 1992.
- Siegfried Bettighofer: Übertragung und Gegenübertragung im therapeutischen Prozess, Stuttgart 2004.
- Herbert Eberhart et al. (Hg.): Überraschung als Anstoss zu Wandlungsprozessen, Zürich 2004.
- Rosmarie Welter-Enderlin / Bruno Hildenbrand (Hg.): Gefühle und Systeme. Die emotionale Rahmung beraterischer und therapeutischer Systeme, Heidelberg 1998.

Der Autor

Nach dem Studium in katholischer Theologie, Ethnologie und Psychologie (lic. theol.) spezialisierte sich Thomas Lempert im Bereich Psychiatrie (Psychotherapeut SPV) und Ausbildung/Beratung (MAS in Führung und Training in kunstorientierten Methoden in therapeutischen und beratenden Arbeitsfeldern; systemischer Organisationsberater BSO). Derzeit als Ausbildner und Projektleiter in Fachhochschulen und privaten Ausbildungsinstitutionen engagiert. Praxis für Psychotherapie, Supervision und Beratung: Kirchgasse 11, 4600 Olten, T 062-212 88 88, lempert@kunstpsychotherapie.ch