

NACHGEFRAGT:

„Heilung und Wachstum, das sind zwei Begriffe, die ich im Zusammenhang mit der Imago Paartherapie schon öfters gehört habe. Ich kann mir nicht wirklich vorstellen, was damit eigentlich gemeint ist. Vielleicht können Sie mir erklären, was dahintersteckt bzw. was das in einer Beziehung bedeutet?“

Evelin und Klaus Brehm antworten:

Beide Begriffe symbolisieren die zentrale Idee von Imago und bringen die Besonderheit dieses Paartherapie-Modells auf den Punkt. Denn warum und wie finden eigentlich zwei Menschen in einer Beziehung zueinander? Was macht einen Mann oder eine Frau so anziehend und so speziell für den anderen, die andere? Und warum ist das bei allen Menschen unterschiedlich?

Das Geheimnis: Wir verlieben uns dann, wenn wir unbewusst erkennen, welches Potenzial an Heilung und Wachstum in einer Beziehung mit diesem Menschen möglich ist. Wir sind jemandem begegnet, der oder die dem eigenen „Imago“ entspricht. Dieses in der frühen Kindheit geprägte Bild ist eine Kombination aus Erlebnissen und unbewussten Eindrücken (Introjekte und Identifikationen) von und mit unseren wichtigsten Bezugspersonen. Es zeigt uns den Weg zu dem Menschen, mit dem wir über unsere bisherigen, seit der Kindheit aufgebauten Schutz- und Charaktermuster hinauswachsen können. Und, was dabei auch interessant ist, je stärker die Verliebtheit, umso größer die Entwicklungsmöglichkeiten. Denn die Imago Paartherapie geht davon aus, dass jede Liebesbeziehung vor allem auch eine potentielle Entwicklungsgemeinschaft ist. Eine Verbindung, die es dem Partner, der Partnerin ermöglicht, das eigene Potenzial, die eigene Größe im Spiegel des Gegenübers zu entwickeln und gemeinsam in glücklicher Fülle und Lebendigkeit zu leben.

Der erste Schritt zu diesem Wachstum besteht darin, dem oder der jeweils anderen das zu geben, was er oder sie am sehnlichsten in der Beziehung braucht. Und diese Wünsche sind so gut wie immer verbunden mit einem zu wenig oder nur teilweise erfüllten Entwicklungsbedürfnis. Oder, einfacher gesagt, mit einer Kindheitsverletzung. Die entsteht dadurch, dass Bezugspersonen, in der Regel die Eltern, nicht adäquat auf die jeweiligen Entwicklungsbedürfnisse des Kindes eingehen können. Meist geschieht dies unwissentlich und unabsichtlich. Nichtsdestotrotz beeinflusst es die kindliche Entwicklung, oft stärker, als im Moment der Handlung erkennbar.

Der Hintergrund dazu: vor allem innerhalb der ersten sechs Lebensjahre ist es für jeden Menschen notwendig, bestimmte Entwicklungsaufgaben zu bewältigen. Beispiele dafür sind der Spracherwerb, motorische Koordination, soziale Kompetenz und vieles mehr. Um das gut zu schaffen, braucht es ein positives Eingehen der familiären Bezugspersonen auf die kindlichen Bedürfnisse. Je nach Qualität und Quantität solcher Resonanzen entsteht eine mehr oder weniger starke Adaption, eine Anpassung an das Familiensystem. Wie muss ich mich verhalten, damit es mir in dieser Familie gut geht? Und, ganz besonders, was darf ich nicht tun, um die Zuneigung und Liebe meiner Eltern nicht zu verlieren?

Das ist auch der Grund, warum Wachstum meistens nicht einfach ist. Denn fast immer wünscht sich der Partner, die Partnerin etwas, das dieser Anpassung widerspricht. Unbewusst entsteht so die Angst: wenn ich tue, was du willst oder brauchst, wird es mir nicht gut gehen. Doch diese mächtige Überzeugung stammt aus einer lang vergangenen Zeit und ist in der aktuellen Beziehung nicht mehr gültig. Wachstum heißt also zu lernen, im Geben alte, längst überkommene Ängste zu überwinden. Heilung wiederum bedeutet, durch den Partner, die Partnerin eine stimmige Resonanz im Umgang mit den eigenen Bedürfnissen zu erleben.

Geht alles gut, kommt es so zu einer WIN-WIN-Situation. Beide geben dem/der jeweils anderen, was er oder sie aufgrund der jeweils eigenen Entwicklungsgeschichte noch braucht. Und so erleben und erfahren beide Partner*innen gleichzeitig „Heilung und Wachstum“.

In der Praxis ist es leider nicht immer ganz so leicht. So nachvollziehbar dieses Konzept in der Theorie vielleicht erscheinen mag, im gelebten Beziehungsalltag ist die Umsetzung täglich eine neue Herausforderung. Doch auch hier gilt: eine dauerhafte, regelmäßige und bewusste Auseinandersetzung, am besten in Form von Imago Dialogen, führt unweigerlich zu Veränderung. Besonders dann, wenn der erste Schritt manchmal fast unmöglich scheint!



© Philipp Simonis

Mag.^a Evelin Brehm

Psychotherapeutin, Imago Paartherapeutin, Imago Workshop Presenterin, Senior Clinical Instructor

Mag. (FH) Klaus Brehm

Psychotherapeut (EAP), Imago Paartherapeut, Imago Workshop Presenter, Senior Clinical Instructor

A-1180 Wien
Staudgasse 7
Tel. 01 9426152
www.brehms.eu

Evelin und Klaus Brehm betreiben in Wien ihr Therapie- und Seminarzentrum **brehms+zentrum**. Seit 1999 arbeiten sie gemeinsam als Imago Paartherapeut*innen, später auch als Imago Workshop Presenter*innen. Sie sind Mitglieder der internationalen Imago Faculty und Ausbilder*innen für Imago Paartherapie im deutschsprachigen Raum. Vor über zehn Jahren haben die beiden das Imago Professional Facilitator Training entwickelt, um auch Menschen aus anderen Berufsfeldern zu ermöglichen, Imago in ihrer jeweiligen Profession anzuwenden.