

Eifersucht

Wolf Jordan

Das Thema Eifersucht begann mich näher zu interessieren, als vor etwa zwei Jahren zunehmend Klienten einzeln oder als Paar therapeutische Unterstützung aufgrund von Eifersucht als zentralem präsentierten Problem suchten.

Meine ersten Assoziationen zum Thema waren neben eigenen Erfahrungen die Erinnerungen an die Jahre nach 1968, in denen – zumindest in überwiegend studentischen Bezugsgruppen – jeder, der öffentlich zugab, eifersüchtig zu sein, verächtlich des bürgerlichen Besitzdenkens bezichtigt wurde. Seither schien das Thema aus der Diskussion um Paarbeziehungen verbannt zu sein. Hatten wir doch alle unseren Erich Fromm gelesen und wußten außerdem: „Wer zweimal mit dem/der Gleichen pennt, . . .“

Seit einigen Jahren jedoch darf man wieder: eifersüchtig sein – hemmungslos. Um so mehr wundert es, daß in der gesamten mir bekannten TA-Literatur Eifersucht nicht mal als Stichwort im Anhang behandelt wird. Ich möchte deshalb im folgenden ausgewählte TA-Modelle daraufhin untersuchen, in wieweit sie geeignet sind, die innere Dynamik eifersüchtig reagierender Menschen und die entstehende Dynamik in Paar- bzw. Dreiecksbeziehungen abzubilden. Die Auswahl erfolgte unter dem Gesichtspunkt des Nutzens des jeweiligen Modells für jeweils unterschiedliche Aspekte der Therapie mit eifersüchtigen Klienten.

Weiter werde ich Faktoren der kindlichen Entwicklung reflektieren, die zu späteren heftigen Eifersuchtsreaktionen führen können sowie die Funktion von Eifersucht für bestehende Paarbeziehungen untersuchen. Abschließend folgen Überlegungen zur Rolle des Therapeuten/der Therapeutin in der Beziehung: Therapeut/in-Klient/in (-Partner/in-, „Rivale/in“).

Definition

Differentialdiagnostisch wurde Eifersucht in unterschiedlicher Weise entweder als ein Symptom verschiedener Krankheitsbilder – z. B. paranoider Persönlichkeitsstörungen, Psychopathien, endogener Psychosen u. a. – klassifiziert oder gelegentlich auch als eigenständiges Störungsbild angesehen. Endogene, psychogene und sogar toxische Faktoren wurden für diese Krankheit im Bezugs-

system klassisch medizinischen Denkens verantwortlich gemacht (vgl. Schneemann 1988).

Ich betrachte im folgenden eifersüchtiges Verhalten und Erleben zunächst weder als Krankheit noch als Störung, sondern als einen Aspekt der natürlichen Reaktion auf eine als belastend erlebte Situation in der Entwicklung einer Paarbeziehung.

Unter Eifersucht verstehe ich dabei die Gesamtheit der auf die eigene Person sowie die des Partners oder eines möglichen Rivalen bezogenen Gefühle, Gedanken und Verhaltensweisen, die erlebt werden, wenn eine bestehende, als bedeutsam geschätzte Liebesbeziehung durch die Beziehung des Partners zu einer dritten Person aus Sicht des Eifersüchtigen unangenehmen Veränderungen unterliegt oder in ihrem Bestand gefährdet scheint.

Diagnostisch möchte ich hieraus die Untermenge derjenigen eifersüchtigen Verhaltensweisen, Gedanken und Gefühle hervorheben, die dann Bedeutung bekommt, wenn Menschen unter dem einschränkenden Einfluß ihres Skripts - i. S. des Berneschen Skriptbegriffs - agieren.

Eifersucht, die durch Skriptelemente genährt wird, diese aktiviert oder verstärkt, ist Gegenstand der folgenden Überlegungen.

Umgangssprachlich wird der Begriff Eifersucht auch auf Reaktionen in anderen als Liebes- oder Paarbeziehungen angewandt. Ich betrachte diese Reaktionen als durch Projektion entstandene Miniaturausgaben der Eifersuchtsreaktionen in Liebesbeziehungen. Sie brauchen deshalb nicht gesondert betrachtet werden.

Abgrenzen möchte ich von Eifersucht das Phänomen Neid, jene Ambivalenz von einerseits Besitzenwollen und Bewunderung und andererseits Ärger auf Besitz und Macht einer anderen Person. Zwar kann Neid einen Teil eifersüchtigen Erlebens ausmachen, jedoch ist er im Unterschied dazu weder geschlechtsbezogen noch an die reale oder phantasierte Existenz einer Dreiecksbeziehung gebunden.

Eifersucht und kindliche Entwicklung

Ich gehe davon aus, daß skriptgebundene Eifersucht im Erwachsenenalter ein Teil wiedererlebter kindlicher Erfahrung, kindlichen Empfindens und Denkens ist. Grundlegende Beziehungssituationen in der Ursprungsfamilie wurden als bedrohlich, verwirrend oder extrem unbefriedigend erlebt und wesentliche Voraussetzungen für Beziehungserleben und -gestaltung in späteren Lebensabschnitten konnten nur unzureichend entwickelt und integriert werden.

Zwei kindliche Entwicklungsphasen werden - v. a. in der psychoanalytischen Literatur (*Schneemann 1989*) - als bedeutsam für die Entstehung skriptgebundener Eifersucht angesehen: Die erste (orale) Phase umfaßt das Lebensalter von 0 bis 1,5 Jahren. Hier ist v. a. Aufbau, Verlauf und erste Ablösung aus der dyadischen Beziehung - in unserem Kulturkreis in der Regel zur Mutter - von Bedeutung.

In der zweiten (ödipalen) Phase, etwa zwischen dem dritten und siebten Lebensjahr, gewinnt zum ersten Mal die Triade Vater-Mutter-Kind als Beziehungsform für das Kind an Bedeutung.

Erste Symbiose und Eifersucht

Während der Etablierung, Festigung und Ablösung aus der frühen symbiotischen Beziehung werden erste Skriptbestandteile gebildet. Das Kind trifft Entscheidungen bezüglich Existenz und Bedeutsamkeit der eigenen Person sowie Entscheidungen über die Bedeutung von Gefühlen in Beziehungen. Erste Erfahrungen mit Nicht-Befriedigung von Bedürfnissen und mit Trennung werden gemacht. Der Prozeß von Differenzierung und Integration (*Mahler 1975*) beginnt.

Interaktionsprobleme in dieser Phase können kindliche Schlußfolgerungen grundlegender Art bedingen, wie etwa:

- Nahe Beziehungen sind existentiell bedrohlich, überwiegend enttäuschend oder enden mit Verlassenwerden.
- Die eigene Person ist unbedeutend oder soll nicht dazugehören.
- Eigenes Verhalten bewirkt in Beziehungen nichts.
- Gefühle werden nicht bemerkt, sind unwichtig oder gar gefährlich.

Falls die Bildung einer inneren Struktur, die Elterlich-Nährendes speichert, nicht gelingt, werden Kinder auch über dieses Alter hinaus die ständige Verfügbarkeit geliebter Menschen erzwingen wollen. Sie brauchen sie zur Aufrechterhaltung ihrer Identität. Das Gefühl für den eigenen Wert wird nicht in der eigenen Person, sondern in der Beziehung zum Anderen erlebt. Liebe nicht als innere Bezogenheit, sondern als Streben nach Besitz und Kontrolle, die Gier nach der Befriedigung durch andere, die nie genug bekommt, wird erhalten bleiben und auch spätere Beziehungen prägen.

Einen weiteren, für spätere Eifersucht m. E. relevanten Entwicklungsaspekt in dieser Phase beschreibt *Melanie Klein (1977)*: Den kindlichen Neid, den sie als Mischung aus Besitzenwollen und Wut auf die Macht der Mutter definiert; die Macht, zu lieben und Bedürfnisse zu befriedigen oder eben auch nicht. Es entsteht so ein

nicht einfach zu bewältigender innerer Konflikt zwischen dem kindlichen Wunsch nach Liebe und seiner Wut auf Mutters Macht; ein Konflikt, der begleitet ist von Angst und Schuldgefühlen. Der Wunsch nach Symbiose und der wutgespeiste Wunsch nach Zerstörung können sich dann noch mischen mit dem aufkommenden Bedürfnis nach Ablösung. Gefühle wie Lust auf eigene Wege und Angst vor Getrenntsein kommen damit hinzu (vgl. *Friday* 1985). Dieses Zusammentreffen widerstreitender Gefühle und Wünsche bedarf schon einer gehörigen Portion guter Beelerung, um von Kindern bewältigt werden zu können.

Betrachtet man die so beschriebene kindliche Situation, fällt die hohe Übereinstimmung mit dem Erleben, den explorierbaren Wünschen und inneren Konflikten vieler eifersüchtiger Erwachsener auf. Dieser Teil eifersüchtigen Erlebens – ausgelöst durch reale oder phantasierte Bedrohung einer Liebesbeziehung – kann m. E. als Regression auf diese frühe Entwicklungsphase angesehen werden, die bei einigen Betroffenen mit zeitweise vollständigem Ausschluß des Erwachsenen-Ichs verbunden ist.

Je nachdem, welche sonstigen Skriptentscheidungen getroffen wurden, ergreifen Eifersüchtige in solchen regressiven Momenten unterschiedliche Strategien, um mit den erlebten Gefühlen umzugehen: Sie reichen von gesteigerter Selbstabwertung, ängstlicher Zurückhaltung verbunden mit Schuldgefühlen aufgrund vorher erlebter aggressiver Regungen, über Verzicht auf sexuelle Wünsche, Verzicht auf Konfrontation bei tatsächlich festgestellter Untreue bis hin zu aggressiven Ausbrüchen gegen den Partner. Statt die durch Angst und Wut beschädigte Liebe neu aufzubauen, kommt es zum Kampf um Macht. Dann geht es um die Frage: wer übt Kontrolle aus – gegen den Willen des anderen –; wer kann den anderen zum Lieben zwingen.

Auch Selbstaufwertungsversuche über verstärktes berufliches Karrierestreben sind als vermeintlich taugliche Mittel nicht selten, um die bedrohte Identität zu festigen.

Welche Schlußfolgerungen lassen sich nun für die Psychotherapie mit eifersüchtigen Klienten/innen aus den bisher aufgezeigten Entwicklungsbedingungen ziehen?

Nach meinen Erfahrungen ist es notwendig, als erstes – falls vorhanden – den oft stark eskalierenden Machtkampf zwischen den Partnern zu stoppen, da solche Auseinandersetzungen nicht geeignet sind, aktuelle Konflikte in der Paarbeziehung zu lösen, sondern der gegenseitigen und fortgesetzten Skriptverstärkung dienen und eine beginnende Etablierung neuer positiver Botschaften oder neue Entscheidungen in der Therapie wieder zunichte machen.

Danach und parallel kann Entrübungsarbeit beginnen. Hier geht es um die Trennung von kindlichen Erfahrungen und Gefühlen der Angst, Wut und Schuld von heutigen Erfahrungen mit dem aktuellen Partner. Die Erweiterung der Wahrnehmung realer Beziehungssituationen und die Erhöhung der Kommunikationsfähigkeit über Wünsche und Bedürfnisse bilden dabei einen wichtigen Bestandteil, um ER-Funktionen zu stärken und heute mögliche Lösungen von früheren ängstigenden und verletzenden Erfahrungen unterscheiden zu lernen.

Oft ist zudem auch die Arbeit mit dem Kind-Ich notwendig; d. h. empathisches Verstehen und Schutz beim Erleben alter Ängste, Enttäuschungen und Wut, sowie die Vermittlung grundlegender Botschaften. V. a. geht es dabei um Mut zur Bindung; wichtig sein; liebenswert sein; dazugehören; Sicherheit, daß das eigene Verhalten in Beziehungen auf andere Wirkung hat. Die behutsame Trennung aus symbiotischen Beziehungen zu den Eltern, Weckung oder Wiederbelebung von Lust und Neugier auf autonome Lebenserfahrungen und neue soziale Situationen gehören hierher, ebenso wie die Integration von positiven und negativen Aspekten, von befriedigenden und frustrierenden Erlebnissen mit dem Partner, mit Freunden und auch mit dem/der Therapeuten/in. Der nachholende Aufbau und die Festigung dieser Bausteine einer stabilen Identität sind für mich grundlegende Ziele in der Therapie mit eifersüchtigen Klienten.

Eifersucht und frühe Dreiecksbeziehung

Im Entwicklungsabschnitt etwa zwischen dem dritten und siebten Lebensjahr setzen sich Kinder verstärkt mit der Dreiecksbeziehung: Vater-Mutter-Kind auseinander. Wichtige Schritte in der Entwicklung von Geschlechtsidentität und dem Umgang mit geschlechtsbezogener Rivalität stehen als Entwicklungsaufgaben an.

Der spätere Umgang mit sexueller Rivalität wie auch die Sicherheit hinsichtlich der eigenen Geschlechtsidentität hängen von Erfahrungen in diesem Alter ab. Dabei gründet diese Sicherheit wiederum auf der Identitätsstabilität aus vorhergehenden Phasen, z. B. auf der Kunst, mit Ärger, Wut, Enttäuschung, Angst und auch Lust bezogen auf Beziehungen umgehen zu können, ohne die eigene Identität als bedroht zu erleben.

Eifersucht in späteren Lebensphasen setzt eine Dreiecksbeziehung voraus. Die dritte Person kann dabei real vorhanden sein oder im do-it-yourself-Verfahren als Wahnvorstellung gebastelt werden. Eifersuchtswahn ist aus dieser Sicht die in der Phantasie

inszenierte Wiederholung der früher als Kind erlebten Triade in der Ursprungsfamilie.

Betrachten wir die Ursprungs-Dreiecksbeziehung aus Sicht des Kindes etwas genauer:

Das Kind erlebt eine doppelte Ambivalenz: Ist es ein Junge, erlebt er einerseits weiterhin die positiven Aspekte der Bindung an seine Mutter, verspürt jedoch gleichzeitig eine Tendenz zur Lösung von ihr und zur stärkeren Identifikation mit dem Vater. Andererseits entsteht hierdurch auch Ärger auf den Vater als Rivalen um Mutters Liebe.

Bei Mädchen kann die bestehende Bindung an und Identifikation mit Mutter in Widerspruch geraten mit der Tendenz zur Rivalität mit der Mutter um Vaters Liebe. Andererseits können Konflikte auftreten zwischen der positiven Hinwendung zum Vater und dem Ärger auf ihn wegen seiner Beziehung zur Mutter.

In beiden Fällen besteht die Gefahr des Ausschlusses einer Person aus der Triade. Kinder können sich dabei gegenüber den als übermächtig wahrgenommenen Eltern als ohnmächtig und ausgeliefert erleben. Gespeist aus diesem kindlichen Erleben werden spätere Dreiecksbeziehungen wieder genau so erlebt. Die subjektive Hilflosigkeit bildet einen wesentlichen Teil eifersüchtigen Erlebens im Erwachsenenalter.

Der Ausschluß einer Person führt dazu, daß die triadische Familienkonstellation vom Kind nicht als Entwicklungschance im Umgang mit Bindung, Autonomie und Geschlechtsidentität genutzt werden kann. Im Falle des Ausschlusses der Väter erleben Jungen z. B., daß ihre Mütter sie zu lange – oft als Mannersatz – festhalten. Sie gestehen weder die Identifikation mit dem Vater zu noch lassen sie, oft bis in die späte Jugend hinein, andere Frauen neben sich gelten. Jungen schwanken in ihren emotionalen Reaktionen hierauf zwischen Bewunderung, Angst vor Verlust und Haß – eine Gefühlskombination, die später einen Teil ihrer eifersüchtigen Reaktionen bilden wird.

Und jetzt die Väter: Sie tragen zu Brüchen in der Entwicklung männlicher Geschlechtsidentität bei, wenn sie entweder als Identifikationsfigur nicht zur Verfügung stehen oder aber als übermächtig erlebt werden, was zu einer Mischung aus Bewunderung und Unterwerfung, jedoch kaum zu entwicklungsfördernder Auseinandersetzung führt.”

* Solche Beziehung zum Vater sieht *Freud (1967)* als entscheidend für die spätere Entstehung des männlichen Eifersuchtswahns an. Der bewußten Liebe für die Frau und dem bewußten Ärger auf männliche Rivalen steht seiner Meinung nach eine unbewußte, durch die Vaterbeziehung begründete Bewunderung des Rivalen und ein Haß auf Frauen gegenüber. Die verbotene Liebe zum männlichen Ri-

Für die Entwicklung von Mädchen ist in diesem Zusammenhang entscheidend, ob die Mutter als weibliche Identifikationsfigur verfügbar ist und ob sie gleichzeitig eine Trennung aus der primären Symbiose zuläßt. Fürchtet sie ihre Tochter als Konkurrentin, wird diese Angst einerseits einschränkende Auswirkungen haben auf ihre Fähigkeit, sie als Mädchen zu spiegeln und andererseits auf den Umgang mit ihrem Mann, der dann u. U. zurückhaltend oder verwirrt auf die weiblichen Anteile seiner Tochter reagiert.

Hiermit sind die Reaktionen von Vätern auf ihre heranwachsenden Töchter angesprochen: Reagieren Väter nicht oder abwertend auf die Tatsache, daß ihr Kind ein Mädchen ist und sich zur Frau entwickelt oder können sie mit den ambivalenten, zwischen Haß, Bewunderung und Liebe schwankenden Gefühlen ihrer Töchter nicht umgehen, kann es zu Störungen in der Entwicklung weiblicher Geschlechtsidentität mangels adäquater Spiegelung kommen.

Einschneidende Erfahrungen, die der Entwicklung positiv besetzter weiblicher Identität entgegenstehen, sind alle Formen von sexuellem Mißbrauch durch Väter; auch dieser kann, bezogen auf die Familientriade, als Ausschluß - in diesem Fall der Mutter - gesehen werden.

Töchter mit einigen der oben beschriebenen Entwicklungserfahrungen suchen später in der Regel keinen Mann, dem sie mit stabiler weiblicher Identität gegenüber treten können, sondern suchen eine idealisierte Vaterprojektion. Tritt eine tatsächliche oder potentielle Rivalin in die Beziehung - häufig werden alle am Horizont auftauchenden Frauen gleich als Konkurrentinnen verdächtigt - stellen die Eifersuchsreaktionen eine interne Wiederholung der emotionalen Situation in der Ursprungsfamilie dar: Ambivalente Gefühle gegenüber der „Rivalin“; gleichzeitig Haß und Liebe bezogen auf das auf sie projizierte Bild der Mutter; Liebe und Haß gegenüber dem Partner bzw. gegenüber dem auf ihn projizierten Bild des Vaters. Die Symbiose wird als bedroht erlebt; die Reaktionen sind entsprechend heftig.

Hier wird eine Parallele zwischen Eifersucht und anderen Arten von Sucht sichtbar: Folgt man *Eric Berne* und betrachtet Sucht, wie z. B. Alkoholismus als soziales Phänomen, läßt sich auch Eifersucht beschreiben als unbewußte Beziehungsmanipulation zwecks Aufrechterhaltung einer Symbiose. Dabei können Süchtige funktional sowohl leidende als auch rebellische oder verfolgende Rollen ein-

valen wird abgewehrt durch die Projektion dieser Tendenz auf die eigene Frau: Nicht der Mann liebt seinen Rivalen, sondern seine Frau tut es - aus seiner projizierenden Sicht. Existiert kein realer Rivale, wird er als Wahnvorstellung erzeugt.

nehmen und strukturell sowohl elterliche wie kindliche Ich-Zustände besetzen.

Eifersucht und Persönlichkeitsstruktur

Betrachtet man kindliche Entwicklungsbedingungen für späteres eifersüchtiges Reagieren, wäre es an dieser Stelle interessant, die Analyse nicht auf die Entwicklung geschlechtsbezogener Identität zu beschränken, sondern übergreifende Entwicklungsprozesse zu betrachten, die zu unterschiedlichen Persönlichkeitsstrukturen führen. Um den Umfang dieses Artikels nicht zu überdehnen, möchte ich nur kurz die unterschiedliche Bedeutung und das unterschiedliche Erleben von Eifersucht und Beziehungsbedrohung für/von Menschen, mit verschiedenen Strukturmerkmalen andeuten.

Für Menschen mit **depressiver Struktur** steht die Angst, getrennt zu sein, die Idee, nicht ohne den Partner existieren zu können, im Vordergrund des Eifersuchtsgeschehens. Aggressive Impulse werden gegen die eigene Person gerichtet; stummes Leiden, Schuldgefühle und -gedanken sowie verstärktes Anklammern an den Partner sind typische Reaktionen.

Narzißten reagieren meist mit heftiger Wut, mit starken, umfassenden Abwertungen des Partners und mit abruptem Abbruch der Beziehung. Sie versuchen, die eigene Grandiosität aufrecht zu erhalten, und können den drohenden Entzug der permanenten Bewunderung durch den Partner nicht ertragen. Viele ihrer Eifersuchtsreaktionen dienen dazu, das existentiell bedrohliche Gefühl grenzenloser Leere hinter der nach außen gezeigten Fassade, zu dem sie in der Situation der Beziehungsbedrohung Kontakt bekommen, nicht erleben zu müssen.

Hysteriker sind diejenigen, die ihren Partnern am häufigsten Anlaß zu eifersüchtigem Reagieren geben. Das hindert sie nicht, ihrerseits heftig und mit dramatischen Auftritten zu reagieren, wenn sie sich selbst betrogen glauben. Eifersuchtsphantasien ohne real existierende Rivalen sind recht häufig. Sie dienen der Bestätigung von Skriptüberzeugungen wie z. B.: So, wie ich bin, mag mich keiner; ich werde über kurz oder lang auf jeden Fall verlassen. Starke Unsicherheiten in der Geschlechtsidentität, Ideen, sich als Mann oder Frau unzulänglich zu fühlen, treten bei tatsächlicher oder phantasierter Beziehungsgefährdung in den Vordergrund.

Ich hatte oft den Eindruck, daß Klienten mit hysterischer Struktur dazu neigen, Beziehungen zu finden, die von vornherein als Dreieck angelegt sind, was ihrer Tendenz zur häufigen Reinszenierung ödipaler Situationen entsprechen würde.

Menschen mit **zwanghafter Struktur** fürchten in Situationen, in denen ihre Beziehung durch eine dritte Person gefährdet scheint, weniger den Verlust an Liebe oder Zuwendung als vielmehr den Verlust an Kontrolle und den Verlust einer wohlgeordneten Situation. Sie reagieren mit moralischen Schuldvorwürfen an den Partner, rechnen Fehler und Unzulänglichkeiten vor, möchten Regeln für das weitere Zusammenleben vereinbaren. Sie sind dankbare Teilnehmer von Kommunikationstrainings zur Verbesserung von Beziehungen. Zu Hause wird das Gelernte dann ritualisiert umgesetzt: Punkt für Punkt.

Offene Aggression ist ihnen innerlich verboten und macht Angst. Ihre Strategie in Eifersuchtssituationen ist die, den Partner entweder in eine Position zu bringen, in der sie moralisch überlegen und unangreifbar sind oder ihn in der Position eines Kindes ohne eigene Rechte zu halten. Wahnhafte Eifersucht kommt auch hier vor. Sie ist häufig Ergebnis der Projektion eigener - unter elterlichem Verbot stehender - sexueller Wünsche auf den Partner.

Wenn ich in der Therapie mit eifersüchtigen Klienten/innen diagnostische Kategorien wie die voranstehenden benutze, ist dabei für mich die leitende Frage: Welche Bedeutung hat die tatsächliche oder vermutete Gefährdung der Paarbeziehung für Menschen mit einer bestimmten Persönlichkeitsstruktur; d. h., welche frühen Erfahrungen wurden durch die aktuelle Beziehungssituation reaktiviert, welche Gefühle im Kind-Ich angesprochen und welche Skriptüberzeugungen bestätigt?

Im nächsten Abschnitt möchte ich einige ausgewählte TA-Modelle darstellen, die entweder die Beziehung zwischen eifersüchtigen Gefühlen und Reaktionen und Bestandteilen des Skripts oder interne Prozesse bei skriptgebundener Eifersucht oder die eifersuchsgeprägte Interaktion in Paarbeziehungen abbilden und Ansatzmöglichkeiten für die Therapie aufzeigen können.

Eifersucht als Racket

Eine Möglichkeit, skriptbedingte innere Prozesse und beobachtbares Verhalten abzubilden, bietet das Racket-System, wie *es Erskine & Zalcman* (1979) vorgestellt haben.

Betrachten wir an einem Beispiel - aus der Therapie einer 32-jährigen Klientin M. - wie Eifersucht in diesem System darstellbar ist:

M.'s Skriptüberzeugungen:

- Ich bin nicht liebenswert; ich bin weniger attraktiv als andere Frauen; ich bin unwichtig; meine Gefühle haben in Beziehungen keinen Platz.

- Männer sind untreu oder langweilig; Frauen sind gefährlich, weil Konkurrentinnen.
- Liebe ist kein Geschenk, sondern muß ständig erkämpft werden; Sich einlassen bedeutet, verletzt und letztlich verlassen werden.

M.'s Racket-Gefühle und -Verhaltensweisen:

- Ärger - v. a. auf Frauen -; Angst; depressive Stimmungen; launisches Nörgeln an ihrem Partner; kontrollierende Verhaltensweisen ihm gegenüber; Machtkampf.

M.'s verstärkende Erinnerungen:

- Früher: Vater war unnahbar und verließ die Familie, als sie 4 Jahre alt war und sich verstärkt für ihn interessierte; Mutter schickte sie öfter aus dem Zimmer, wenn sie mit Vater spielte und verlangte seine ungeteilte Aufmerksamkeit für sich; Schwester und Bruder wurden vorgezogen.
- Später: Ein Freund von M. trennte sich von ihr, als sie gerade anfang, sich seiner Liebe ganz sicher zu sein. Dieses skriptgebundene System hat Auswirkungen auf M.'s Interaktion mit ihrem aktuellen Freund:

Aufgrund ihrer Überzeugung, weniger attraktiv und liebenswert zu sein als andere Frauen, schlußfolgert M., daß sie über kurz oder lang verlassen werde und es scheint ihr folgerichtig, daß ihr Freund kontrolliert werden muß, was sie mit sehr aufwendigen Verfahren versucht. Die Tatsache, daß sie keine Untreuebeweise findet, wertet sie als Beweis, wie hinterhältig er sie hintergehe, was wiederum verstärkte Kontrollen sowie verstärktes Nörgeln rechtfertigt. Kontrolle aufgeben, hieße, „die Schlacht verlieren“ und M. „weiß“, daß Liebe erkämpft werden muß; und zwar andauernd.

Aufgrund ihrer kleinlichen Kontrollen und ihrer Nörgeleien - z. T. sicher auch auf dem Hintergrund seiner schizoiden Persönlichkeitsstruktur - zieht sich ihr Freund nun mehr und mehr zurück - für M. ein Beweis für die Richtigkeit ihrer Annahme, daß sie letztlich verlassen werde. Sie empfindet Angst und Depression angesichts solcher Aussichten. Auch gelegentliche, für ihn nicht erklärbare Wutausbrüche scheinen M. im Hinblick auf die von ihr vermutete Beziehungsperspektive recht angemessen. Die Tatsache, daß sich ihr Freund daraufhin noch weiter distanziert, bestätigt M.'s Überzeugung, daß sie ihre Gefühle - v. a. Ärger und Traurigkeit - in Beziehungen nicht zeigen darf. An dieser Stelle gesellen sich Erinnerungen aus ihrer Zeit als Kind hinzu: ihr vergebliches Bemühen um Vaters Zuwendung und die Konkurrenz zur Mutter, sowie Erinnerungen an eine frühere Beziehung, in der sie verlassen wurde. Aktuelle wie früher erlebte Ereignisse und Gefühle bestätigen also scheinbar, daß ihre grundlegenden Überzeugungen zwar

schmerzlich aber richtig sind. Der Kreislauf eifersüchtiger Reaktionen, verstärkender Erinnerungen und grundlegender Überzeugungen ist geschlossen und wird mit eskalierender Heftigkeit fortgesetzt werden, wenn es M. nicht gelingt, ihn zu unterbrechen.

Therapeutische Unterstützung bei diesem Bemühen zeigte erste Erfolge, als es mir und ihr gelang, die Zwangsläufigkeit der gegenseitigen Bestätigung einzelner Teile des Racket-Systems (Überzeugungen/Racket-Verhalten und -Gefühle/Erinnerungen) zu stören. Stabile Veränderungen ließen sich jedoch erst erzielen, als die Klientin ihre Skriptüberzeugungen durch neue Überzeugungen ergänzen konnte. Ein zwei Jahre andauernder Prozeß der Entrübung und der korrigierenden Erfahrungen in der Arbeit mit frühen Szenen, in denen die ursprünglichen Überzeugungen gebildet wurden, war hierzu notwendig.

Eifersucht als passives Verhalten

Eine weitere Möglichkeit zur Beschreibung skriptbezogener Eifersucht bietet innerhalb der TA das Konzept des passiven Verhaltens (Schiff 1975); m. E. kann Racket-Verhalten- s.o. - immer auch als passives Verhalten i.S. des *Schiffschen* Konzepts beschrieben werden.

Eifersucht als passives Verhalten ist, wie alle passiven Verhaltensweisen, nicht in der Lage, bestehende Probleme in der Partnerschaft zu lösen, sondern lediglich geeignet, den Partner in eine Symbiose einzuladen, in der wesentliche Möglichkeiten der eigenen wie der Person des Partners, die einer gemeinsamen Problemlösung dienlich sein könnten, nicht genutzt werden.

Das Modell passiven Verhaltens bietet für mich verschiedene Vorzüge in der Arbeit mit Klienten/innen:

1. Es ist leicht verständlich und kann so als Beschreibungsmodell angeboten werden bei Klienten, die sich von ihren eifersuchtsgeprägten Reaktionen und ihrer akuten Beziehungssituation überwältigt fühlen und für die zunächst einmal eine beschreibende Orientierung für das, worin sie verstrickt sind, nützlich ist.

2. Es bietet - in einer leichten Variation der Originalfassung - die Möglichkeit, den Prozeß der Eskalation passiven Verhaltens - auch den Klienten - zu veranschaulichen und selbstschädigendes Verhalten zu stoppen. Hierzu wähle ich folgende Darstellungsform:

- Durchsuchen seiner Kleidung nach Hinweisen auf geheime Nebenbeziehungen;
- innere Unruhe und gereizte Fragen;
- gedankliche Beschäftigung mit möglichen Aktivitäten des Partners mit Rivalen, die jede Konzentration auf andere Dinge des Alltags zunichte macht;
- kleinere häusliche Wutausbrüche ohne erkennbaren Anlaß;
- vermeintlich kompensatorische Handlungen wie Einkaufs-, Putz- und Eorgien u. v. a.

Alles sehr energiezehrende Aktivitäten, die jedoch keines der bestehenden Beziehungsprobleme lösen.

Falls nicht anderweitige Gründe gegen Kontrollverträge sprechen, vereinbare ich mit Klienten/innen spätestens auf dieser Stufe, alle inneren roten Warnlampen einzuschalten, da die nächste Eskalationsstufe mit ernsthaften, oft irreversiblen Schädigungen verbunden ist.

Die Folgen der Stufe „Sich und andere schädigen“ können zu einer verschärften Form des Nichts-tuns – z. B. durch einen Klinikaufenthalt – führen. Der Eskalationsprozeß passiven Verhaltens setzt sich damit auf einer höheren Ebene fort.

Eifersucht und Abwertung

Immer dann, wenn Eifersucht als passives Verhalten beschrieben werden kann, finden interne Prozesse der Abwertung der eigenen Person, der Person des Partners oder des situativen Kontextes statt. Solche internen Abwertungen lassen sich im Abwertungsschema (*Schiff 1975*) darstellen.“

Zur Veranschaulichung sei noch einmal das Beispiel der oben erwähnten Klientin M. angeführt:

M. sah einen Hauptgrund und die Rechtfertigung für ihre Eifersucht in der von ihr wahrgenommenen Gleichgültigkeit und Lieblosigkeit ihres Freundes ihr gegenüber.

Diese subjektive Wahrnehmung beruhte zu einem erheblichen Teil darauf, daß M. die positiven Strokes ihres Freundes schlichtweg ignorierte oder als unbedeutend bewertete. Damit verbunden waren gleichzeitig auch Abwertungen ihrer eigenen Person, die im Abwertungsschema wie folgt darstellbar sind:

* Mit Bezug auf das System des Racket-Systems sind interne Abwertungen eine wesentliche Voraussetzung dafür, daß die heutige Realität als permanente Bestätigung früher gebildeter Überzeugungen herangezogen werden kann.

Nichts tun

- um des lieben Friedens willen
- stilles Leiden



Sich und andere schädigen

- heftige Wutausbrüche
- tätliche Angriffe
- Suicid, Unfälle
- Somatische Reaktionen:
z.B. vegetative Funktions-
Störungen

Überanpassung

- sich zurücknehmen
- dem Partner gefallen um jeden Preis
- keine eigenen Wünsche und Forderungen



Agitation

- kontrollierendes Verhalten, Bespitzelung und Verhör
- kleinere dramatische Eheszenen
- Kauforgien, Putzorgien, Eßorgien

Als erste Eskalationsstufe betrachte ich das Nichts-tun, was nicht Inaktivität der Person oder des Paares miteinander bedeutet, sondern bedeutet, daß gegen bestehende Unzufriedenheiten oder Probleme in der Beziehung nichts getan wird.* Ändert sich die Situation nicht, folgt nach einer gewissen Zeit die Stufe der Überanpassung. Klienten/innen mit depressiver Persönlichkeitsstruktur verharren oft sehr lange - gelegentlich über Jahre - auf dieser Stufe. Reichen die durch Überanpassung erzielten Strokes nicht mehr aus, die unbefriedigende Grundsituation auszugleichen, erfolgt ein Wechsel zur nächsten Stufe, der Stufe der Agitation. Die klischeehaft typischen Verhaltensweisen Eifersüchtiger lassen sich hier einordnen:

- unermüdliche Versuche, den Tagesablauf des Partners zu überwachen;

* Hierbei ist nicht nur an Problemlösungen im Sinne veränderter Interaktion zu denken, sondern z. B. auch an die Etablierung einer von beiden Partnern getragenen Übereinstimmung hinsichtlich wichtiger Regeln, die Art, Umfang und Bedeutung von Beziehungen außerhalb der Paarbeziehung betreffen.

	Reiz	Problem	Option
Existenz	M. leugnet Gefühle von Geborgenheit, Sicherheit gegenüber ihrem Freund; 1	Nimmt nicht wahr, daß ihre mangelnde Sensibilität ein Problem ist; 2	bestreitet, daß es andere Möglichkeiten des Beziehens auf ihren Freund gibt als ihre; 3
Bedeutung	realisiert nicht, daß o. g. Gefühle Indikatoren für die Verlässlichkeit der Beziehung sein können; 2	sieht nicht, daß das o. g. Problem bedeutsam ist dadurch, daß sie durch ihre mangelnde Sensibilität die Beziehung gefährdet; 3	bestreitet, daß es von Bedeutung für die Beziehung wäre, wenn sie ihre Reaktionen ändern würde; 4
Veränderungsmöglichkeiten	bestreitet, daß es andere Möglichkeiten des emotionalen Reagierens auf ihren Freund gibt als ihre; 3	bestreitet, daß das o. g. Problem veränderbar ist; 4	nimmt nicht wahr, daß es mehrere Variationsmöglichkeiten von veränderten Reaktionen gibt; 5
Eigene Fähigkeiten zur Veränderung	bestreitet, emotional anders reagieren zu können; 4	bestreitet, o. g. Problem lösen zu können; 5	glaubt nicht, mehrere Variationsmöglichkeiten veränderten Verhaltens zu haben. 6

Das Konzept der Abwertungsebenen (1-6) bietet eine wichtige Hilfe im therapeutischen Umgang mit Abwertungen. Hiernach ist eine Konfrontation von Abwertungen nur dann wirkungsvoll, wenn auf Ebenen weitergehender Abwertung (niedrigere Indexzahlen) nicht auch bereits abgewertet wird. So zeigte im beschriebenen Beispiel meine Konfrontation von M.'s Abwertung ihre Fä-

higkeit, ihre Gefühle und Verhaltensweisen als Reaktion auf die Zuwendung ihres Freundes verändern zu können (Ebene 4), zunächst keine Wirkung, da sie bereits auf Ebene 1 ihr inneres Nicht-Reagieren auf seine Bemühungen ignorierte und daher keinen Anlaß für irgendwelche Veränderungen sah.

Mit erfolgreicher Konfrontation auf Ebene 1 konnte die Therapie dann vorankommen mit der Frage: Welchen psychologischen Nutzen haben ihre weitgehenden Wahrnehmungsblockaden? Der Nutzen bestand in diesem Fall im Schutz gegen verletzende Erinnerungen an frühe Erfahrungen mit existentieller Bedeutung. Sie waren gleichzeitig die Übernahme einer Familientradition in weiblicher Linie - auch Mutter und Großmutter hatten zeitlebens bestritten, irgendeine liebevolle Zuwendung ihrer Männer wahrgenommen zu haben.

Die erfolgreiche Konfrontation auf Ebene 1 bildete die Grundlage dafür, daß M. viele Situationen im Zusammenleben mit ihrem Freund neu wahrzunehmen und zu speichern lernte. Ihr Mißtrauen sank erheblich. Weiter stellte sie fest, ähnlich wie viele Klienten mit skriptgebundener Eifersucht, daß ihre Eifersucht nicht nur Folge verzerrter bzw. blockierter Wahrnehmung war, sondern zugleich eine Schutzfunktion hatte, mit der sie Nähe und die damit vermeintlich verbundene Verletzungsgefahr abwehren konnte.

Spiele Eifersüchtiger, ihrer Partner und Liebhaber

Das Spielkonzept ermöglicht es, Spiele nicht nur als individuelles Erleben und Verhalten zu beschreiben, sondern als Aspekt eines Interaktionsprozesses zwischen mehreren Beteiligten. Auch der/die Therapeut/in kann in diesem Interaktionsprozeß zum „Mitspieler“ werden und damit skriptunterstützend wirken.

Unter Spiel verstehe ich im folgenden: Eine Serie von Transaktionen, bei denen die Betrachtung einer verdeckten Ebene deshalb interessant ist, weil sich durch den dort beschreibbaren Prozeß ein vorhersehbarer Ausgang oder Nutzeffekt für die beteiligten Personen ergibt.

Die Frage, ob denn ein „switch“ sein muß und was da „switcht“ kann in diesem Beschreibungszusammenhang m. E. unbeantwortet bleiben.

Obwohl ich die Berneschen Spielnamen (Berne 1970) für problematisch halte, da sie erstens abwertende Zuschreibungen begünstigen und zweitens oft nur den Ausgang oder den Einstieg aus Sicht eines Beteiligten charakterisieren, verwende ich sie im folgenden dennoch, da sich zumindest Transaktionsanalytiker/innen sofort

ein anschauliches Bild von der gemeinten Interaktionssequenz machen können, wenn der Name benannt ist.

Ich möchte ohne Vollständigkeitsanspruch eine Reihe von Spielen anführen, die nach meiner Erfahrung Eifersüchtige und ihre Partner häufig spielen:

Sexoholics - Affairensüchtige:

Das Spiel zeigt die gleiche Dynamik wie das Spiel „Alkoholiker“.*

Der Prozeß läßt sich beschreiben als eine Serie von Ausbruchversuchen des Kind-Ichs des affairensüchtigen Partners aus den Eltern-Ich-Regeln des anderen Partners. Charakteristisch ist auch hier der Kater am Morgen danach: Der betrogene, eifersüchtige Partner beschimpft zunächst, verzeiht dann, rettet und beginnt, „erzieherisch“ tätig zu werden. Das Kind-Ich des „Untreuen“ versichert sich so seiner/ihrer EL-Zuwendung ohne selber Verantwortung zu übernehmen. Es wird jedoch bei nächster Gelegenheit beweisen, daß es in diesem Punkt völlig unerziehbar ist.

Warum muß das immer mir passieren:

Das Spiel beginnt mit einer - oft verdeckten - Provokation von A, aufgrund der sich B veranlaßt fühlt, sich verstärkt anderen potentiellen Partnern zuzuwenden. A wechselt irgendwann von der Verfolger- in die Opferrolle und klagt: „Warum muß das immer mir ..“

Jetzt hab ich dich endlich:

A verhält sich zunächst aus einer elterlich-überlegenen Haltung heraus, während B eine hilfsbedürftige und unterwürfige Rolle einnimmt. Meist ist es A, der aus dieser Konstellation ausbricht, eine Nebenbeziehung beginnt, von B „erwischt“ wird, sich nun seinerseits klein und moralisch unterlegen fühlt, während B mit „jetzt hab ich dich endlich, du Schwein“ einen kurzen Moment des Triumphes auskostet.

Gerichtssaal:

Dies ist - zumindest im Sinne der *Berneschen* Spielformel - kein Spiel; es geht hier um die fortgesetzte Konkurrenz um die Verfolgerrolle. Oft sieht es entgegen dem landläufigen Stereotyp so aus,

* In diesem Zusammenhang finde ich empirische Untersuchungen interessant, die eine Korrelation zwischen Eifersucht und Alkoholismus nachweisen. Unter Alkoholikern ist der Anteil Eifersüchtiger signifikant höher als in der Gesamtbevölkerung (vgl. Schneemann 1989, S. 62-81).

als werde der Therapeut nicht aufgesucht, um dem einen oder anderen Partner „Recht“ zu geben, sondern um dafür zu sorgen, daß das Paar den Konkurrenzkampf ohne allzu große Blessuren ununterbrochen fortsetzen kann.

Wenn du nicht wärst:

In diesem Spiel wird die Verschiebung von Verantwortung für eigenes Verhalten auf den Partner besonders deutlich. A: Ich verhalte mich so (eifersüchtig, kontrollierend), weil du mich betrügst. B: Ich betrüge dich nur, weil du so kontrollierend bist.

Du siehst, ich gebe mir wirklich die größte Mühe:

Das Spiel wird oft unter Hinzuziehung eines Therapeuten oder Beraters beliebiger Profession gespielt, wenn z. B. ein Partner eigentlich die Beziehung verlassen will, dafür jedoch noch den beraterisch-professionellen Segen braucht, den er durch folgende Klage zu erwirken sucht: „Sehen Sie, Herr Therapeut/Frau Therapeutin, ich gebe mir ja die größte Mühe, aber wenn sie dauernd hinter anderen Männern her ist . . ./ er dauernd so kontrollierend und ärgerlich ist..“

Holzbein (Holzschwanz):

A: Wie kannst du mir das antun - und dann noch ausgerechnet mit dem/der . . .

B: Was erwartest du eigentlich an Treue von einem Mann/einer Frau mit so starken sexuellen Bedürfnissen, wie ich sie nun mal habe.

A: Ich sehe es ein, er/sie braucht das eben.

Dieser Ablauf, der sich auf den ersten Blick wie eine Komödie aus dem Provinztheater liest, scheint mir im richtigen Leben recht häufig vorzukommen; besonders bei Paaren, in denen oft über Jahre hinweg Nebenbeziehungen still leidend ertragen werden.

In welcher Weise Klienten versuchen, ihre Therapeuten/innen in die genannten Spiele einzubeziehen, werde ich weiter unten im Abschnitt „Wozu laden Eifersüchtige ihre Therapeuten ein“ darstellen. Zuvor soll die Frage untersucht werden, welche Funktionen Spiele in Paar- bzw. Liebesbeziehungen haben können.

Zunächst einmal fällt bei Paaren, wo zumindest ein Partner heftig eifersüchtig reagiert, auf, daß beide einen hohen Anteil ihrer Zeit damit verbringen, einzeln oder gemeinsam mit den damit verbundenen Racket-Verhaltensweisen wie etwa Kontrollritualen etc. umzugehen. Mitunter nimmt dies so viel Zeit und Energie in Anspruch, daß andere - oft angstbesetzte - Auseinandersetzungen

keinen Platz mehr haben. Der offene Umgang mit gefürchteten Konflikten, deren Lösung oft entscheidend zur Klärung der Beziehung beitragen könnte, wird also unter Eifersucht vermieden.

Auch das Gegenteil habe ich bei manchen Paaren beobachtet: Im Zuge eifersuchtsgetragener Vorwürfe, Rechtfertigungen und Unterstellungen spricht ein Partner – fast ungewollt und in affektiver Erregung – ein in der Beziehung schon lange ungeklärtes Thema an, das beide bisher gemieden hatten. Zwar passiert das dann unter denkbar ungünstigen Voraussetzungen – aber immerhin.

Eine weitere Funktion von Eifersucht für Paarbeziehungen besteht darin, daß sie Bindung aufrechterhält; Partner beschäftigen sich über dieses Thema intensiv sowohl emotional, wie gedanklich und verbal miteinander. Eine Klientin erzählte mir, daß sie sich während Phasen heftiger Eifersucht nahezu jede Minute des Tages in Gedanken mit ihrem Freund beschäftige. Wenige Wochen zuvor noch hatte sie die Beziehung als abgestumpft und langweilig beschrieben.

Ein wichtiges Bindemittel bildet dabei nicht nur Verlustangst, sondern v. a. Ärger; und zwar sowohl der Ärger des Eifersüchtigen auf den Partner, als auch dessen Ärger auf die Beschuldigungen, Unterstellungen und Kontrollversuche des Partners.

Trotz aufrechterhaltener Bindung – und dies ist eine dritte Funktion von skriptgebundener Eifersucht – verhindert sie oft Nähe im Sinne von Intimität. Dies allein schon deshalb, da sich skriptbedingt Eifersüchtige meist gar nicht auf den real existierenden Partner, auf dessen Gefühle und Verhaltensweisen beziehen, sondern auf ein Zerrbild, das sie durch Trübungen und Abwertungen innerlich konstruiert haben.

Eine weitere Funktion von Eifersucht für Beziehungen und damit natürlich auch für die einzelnen beteiligten Personen, kann darin gesehen werden, daß sie als Instrument genutzt wird, um den psychologischen Beziehungsvertrag i. S. *Bernes* zu erfüllen bzw. zu etablieren. Die intensive innere wie kommunikative Auseinandersetzung rund um die mit Eifersucht verbundenen Themen dient dazu, Skriptüberzeugungen mit Hilfe des Partners zu festigen (s.o.), Symbiose herzustellen und ohne ER-Beteiligung alte Szenen der eigenen Entwicklungsgeschichte zu reinszenieren.

Wozu laden Eifersüchtige ihre Therapeuten ein?

Zunächst einmal laden Eifersüchtige dazu ein, mit ihnen über Eifersucht zu reden. Nimmt man Klienten mit ihren Sorgen und Gefühlen ernst, spricht nichts dagegen, darauf einzugehen. Ich halte es jedoch für wichtig, gleich zu Beginn einer Therapie zu explo-

rieren, ob die Art und Weise, wie Klienten eifersüchtig reagieren, ihrer aktuellen Beziehungssituation entspricht und ob ihre sonstigen Aktivitäten geeignet sind, in dieser Situation Lösungen zu finden. Wo dies nicht der Fall ist, kann das Reden über Eifersucht als Rackett-Verhalten leicht zur Bestätigung von Skriptüberzeugungen über sich, den Partner und die Welt beitragen.

Ich frage deshalb relativ bald Klienten/innen danach, wie sie sich und ihren Partner in der Beziehung wahrnehmen; wie die Kommunikation zwischen ihnen verläuft; was sie am Partner als positiv, und was als negativ erleben; ob es unterschiedliche Sichtweisen der Beziehung zwischen den Partnern gibt; welche offenen oder heimlichen Verträge oder Wertvorstellungen bestehen; wo sie das größte noch ungelöste Problem der Beziehung sehen und welche Lösungsversuche sie bisher unternommen haben.

Es kommt mir dabei nicht nur darauf an, was Klienten auf diese Fragen antworten, sondern auch darauf, wie sie dies tun. V. a. achte ich auf das Ausmaß an Wertschätzung oder Abwertung der eigenen Person und der des Partners.

Ein anderer Aspekt von „Einladungen“ rückt ins Blickfeld, wenn man die Symbiose betrachtet, die eifersüchtige Klienten mit ihren Therapeuten zu etablieren versuchen. Die folgende Sichtweise unterstellt, daß Klienten in der Therapie versuchen, dyadische oder triadische Beziehungssituationen ihrer Ursprungsfamilie sowohl unter Nutzung ihrer Partner wie auch ihrer Therapeuten wiederherzustellen. Dabei regredieren sie selbst in kindliches Erleben und schaffen sich die Elternpersonen in ihrer Phantasie. Der Therapeut wird dabei eingeladen in die Rolle eines unterstützenden, Gefühle und Gedanken bestätigenden Freundes oder Geschwisters.

In einer anderen Variante projizieren Klienten Eltern-Anteile direkt auf den Therapeuten, indem sie ihn einladen in die Rolle des Stellvertreters, vordergründig für den aktuellen Partner oder Rivalen und hintergründig für eine Elternperson.

Unter Berücksichtigung des Geschlechts der Klienten läßt sich so folgendes Schema der Symbioseeinladungen aufstellen:

Der/die Therapeut/in wird eingeladen in die Rolle des/der . . . Partnerin/Mutter oder männl. Rivalen/Vaters von Klienten, Partners/Vater oder weibl. Rivalin/Mutter von Klientinnen.
--

Dabei können jeweils als positiv oder als negativ erlebte Anteile der Eltern projiziert werden.

Für die männlich-elterlichen Symbioserollen werden eher männliche Therapeuten bevorzugt, für die weiblichen eher weibliche Therapeutinnen. Es geht aber auch umgekehrt.

Solche Symbioseangebote können therapeutisch genutzt werden, sobald Klienten/innen (und Therapeuten/innen) ein unge-
trübtes ER-Bewußtsein darüber haben, was dort passiert, sobald
eine vertragliche Vereinbarung über punktuell Neubeeltern er-
zielt werden konnte und der Therapeut in der Lage ist, genügend
Schutz zu bieten und wirkungsvoll anders als die Ursprungseltern
zu agieren.

Eine besondere Art, in der eifersüchtige Klienten versuchen, ihre
Therapeuten zu nutzen, läßt sich auch mit der Spieltheorie be-
schreiben: Der Therapeut wird gebraucht, um in Spielen, die wie-
derholt mit dem Partner gespielt werden, die für den Spielverlauf
wichtige dritte Rolle (i. S. des *Karpman'schen* Dramadriekes) zu be-
setzen. Dabei kann die Rollenbesetzung im Verlauf des Spiels
wechseln.

So kann z. B. im Spiel „Alkoholiker“ (hier in der Variante: Affären-
süchtiger) der Klient sich als Opfer des ihn verfolgenden Partners
darstellen, ihn der kleinlichen und einschränkenden Bevormun-
dung bezichtigen in der Hoffnung, vom Therapeuten rettende Un-
terstützung zu bekommen.

Auch im Spiel „Warum muß das immer mir passieren?“ wird
der Therapeut zunächst als Retter angesprochen.

Alle von Eifersüchtigen häufig eskalierend gespielten Spiele wie
„Gerichtssaal“ oder „Jetzt hab' ich dich endlich . . .“ lassen sich mit
Hilfe eines therapeutischen Retters, der dafür sorgt, daß der Klient
über lange Zeit in der Verfolgerrolle bleiben kann, bedeutend in
die Länge ziehen.

Gelegentlich wird der Therapeut auch angesprochen, wenn
Spiele der Rechtfertigung von schon lange geplanter Trennung die-
nen: „Sie sehen, ich habe mir wirklich die größte Mühe gegeben,
aber würden Sie nicht auch sagen, daß diese Frau / dieser Mann...“

In obigen Beispielen wird dem Therapeuten vorrangig die Ret-
terrolle zugedacht. Gerade Paare versuchen jedoch oft, die Ver-
schärfung ihrer laufenden Auseinandersetzung zeitweilig zu min-
dern, indem sie sich verfolgend oder rettend um den Therapeuten
in der Opferrolle kümmern: „Wie können Sie, Herr Thera-
peut/Frau Therapeutin, nur behaupten, ich hätte . . .“ - „Aber nun
beruhige dich doch, so hat er das doch gar nicht gemeint . . .“

Falls der Therapeut sich einladen läßt, die Verfolgerrolle einzu-
nehmen, führt dies manchmal zu einem fast liebevollen Kümmern
des rettenden Partners um den vom Therapeuten verfolgten Part-
ner in der Opferposition. Die Tendenz einiger eifersüchtiger Klien-
ten zu Spielen mit eskalierendem Schädigungsgrad macht die Be-
deutung der Spieldynamik unter Einbeziehung des Therapeuten
unmittelbar einsichtig.

Eifersucht in Gruppen – Geschwisterrivalität

Eine interessante Version der Reinszenierung in therapeutischen Settings bietet die Therapiegruppe. (Die im folgenden beschriebenen Phänomene treten ähnlich auch in Lerngruppen, Arbeitsteams und überall dort auf, wo die Position des/der Leiters/in Gruppen formell oder informell besetzt ist.) Die nachfolgenden Überlegungen gründen auf der Annahme, daß jede neue Gruppensituation v. a. in der Anfangsphase der Gruppenentwicklung von den Gruppenmitgliedern als eine Wiederholung alter Konstellationen in der Ursprungsfamilie erlebt wird (vgl. *Berne* 1979).

Im Zusammenhang mit dem Thema Eifersucht gewinnen hier u. a. auch Erfahrungen mit Geschwisterrivalität an Bedeutung: Die Konkurrenz um Mutters oder Vaters Liebe, Koalitionsbildungen mit Mutter gegen Vater oder umgekehrt oder mit einem Geschwister gegen ein oder beide Elternteile u. ä. können in Gruppen noch einmal erlebt werden, wobei die Elternpersonen durch den Therapeuten oder ein anderes Gruppenmitglied, dem elterliche Bedeutung attribuiert wird, repräsentiert sein können.

Frühe Erfahrungen mit Geschwistern bilden ein Übungsfeld im Umgang mit Konkurrenz um Liebe und mit wahrgenommener Ungleichheit und Ungerechtigkeit. Auch lernt man hier, wie man sich streiten und wieder vertragen kann.

Geschwister haben außerdem eine wichtige Funktion bei der Realitätsprüfung, der gegenseitigen Vergewisserung darüber, wie Eltern sind und wie man selber ist. Sie fördern Prozesse der Trennung und Individuation in Bezug auf die Eltern.

Gleichzeitig lernt man mit Geschwistern jedoch auch, wie man jemanden, der an die Beziehung in hohem Maße gebunden ist, auf intime Weise quälen kann und wie man mit so etwas umgeht, wenn man selbst in der schwächeren Position ist. Der spätere Umgang mit Eifersucht hängt u. a. davon ab, in welchem Umfang hier bewältigbare oder verletzende, ohnmächtig machende Erfahrungen gemacht worden sind.

Eine wichtige Erfahrung, die Kinder in ihren Ursprungsfamilien machen können, ist die, daß Eltern zu einem bestimmten Zeitpunkt Geschwistern mehr und andere Formen der Aufmerksamkeit und Zuwendung schenken als ihnen selbst. Die Kunst, solche Erfahrungen verarbeiten zu können, ohne eigene Bedürfnisse zu verleugnen und ohne Entscheidungen über den mangelnden Wert der eigenen Person zu treffen, ist eine Voraussetzung zur Bewältigung späterer eifersuchtsträchtiger Situationen in anderen Beziehungen.

All diese Erfahrungen können in Therapiegruppen nicht nur wiederholt werden, sie können auch in positiver, nachträgliche

Entwicklung fördernder Weise neu und anders als früher gemacht werden, falls der Therapeut für diese Themen sensibel ist, Gruppenprozesse entsprechend beeinflussen kann sowie Schutz und Unterstützung für die Teilnehmer bietet, die in seinen Gruppen mit solchen Prozessen beschäftigt sind.

Für Leiter von Gruppen – nicht nur von solchen mit therapeutischer Zielsetzung – scheint mit wichtig, daß sie wissen, daß solche Prozesse innerhalb wie zwischen den Gruppenmitgliedern ablaufen, daß sie Eifersucht hervorrufen und zwar unabhängig davon, ob Gruppenleiter dies wollen oder nicht.

Strukturierende Fragen

Im folgenden sind wesentliche Teile des Artikels in Form von Fragen zusammengefaßt, deren Beantwortung sich mir zur Diagnostik und zur grundlegenden Therapieplanung bei Klienten/-innen mit Eifersuchtsproblematik als hilfreich erwiesen hat:

- Ist der Anlaß für Eifersucht real oder phantasiert?
- Findet eine Auseinandersetzung mit der akuten Beziehungssituation auf ER-Ebene statt (intern und kommunikativ)? Wie ausgeprägt sind die Fähigkeiten zu solcher Auseinandersetzung?
- Wie weitgehend ist die Wertschätzung der eigenen Person und der des Partners erhalten?
- Ausmaß und Art von Abwertungen, Trübungen und passiven Verhaltensweisen?
- Welche Bedeutung hat die Dreiecksbeziehung und/oder die eifersüchtigen Reaktionen für die akute Beziehung – auch im Sinn von Stabilisierung?
- Welche Symbiose wird angestrebt, erhalten oder versucht zu verlassen?
- Welche Spiele, in denen Eifersucht eine Rolle spielt, werden hierzu gespielt?
- Welche funktionalen Kind-Ich oder Eltern-Ich Reaktionen werden in Eifersuchtsituationen aktiviert?
- Welche Hinweise lassen sich aus der Art der Beziehungsgestaltung und den diagnostizierten Brüchen in der Identitätsentwicklung hinsichtlich der grundlegenden Persönlichkeitsstruktur gewinnen? Was bedeutet die Dreiecksbeziehung und eifersüchtige Reagieren für Menschen mit dieser Persönlichkeitsstruktur?
- Wie waren die kindlichen Erfahrungen in der Dyade (Mutter-Kind)? Welche Botschaften und Entscheidungen werden in Situationen, in denen Eifersucht erlebt wird, bestätigt?

- Wie weit sind die Entwicklungsprozesse der Differenzierung und Integration abgeschlossen?
- Erfahrungen in der ursprünglichen Dreiecksbeziehung (Vater-Mutter-Kind)
 - Erfahrungen mit dem gegengeschlechtlichen Elternteil
 - Entwicklung der Geschlechtsidentität
 - Erfahrungen von Ausschluß, Konkurrenz oder Koalitionsbildung
- Welche Erfahrungen mit Geschwisterrivalität wurden gemacht, wie konnten diese Erfahrungen bis heute verarbeitet werden?
- Wozu wird der Klient entsprechend der o. g. Informationen mich einladen? Welche skriptverstärkenden Möglichkeiten und welche Entwicklungschancen liegen darin?
- Was braucht der Klient, um Eifersucht verstärkende Skriptentscheidungen und -Strategien zu verändern oder Identität entwickeln zu können?
- Welche Verträge sind hierzu sinnvoll und möglich?
- Sind Kontrollverträge angesichts akuter Gefährdung durch eskalierende Eifersuchtsdramen zu erarbeiten?

Wolf Jordan ist Dipl.-Psychologe und arbeitet als Psychotherapeut in eigener Praxis sowie als Supervisor und Leiter von berufsbegleitenden Fortbildungsseminaren für Angehörige sozialer Berufe.

Zusammenfassung

Der vorliegende Artikel beschäftigt sich mit skriptgebundener Eifersucht. Nachdem Entwicklungsfaktoren benannt wurden, wird die innere Dynamik und die entstehende Dynamik in Paar- bzw. Dreiecksbeziehungen mit Hilfe ausgewählter TA-Konzepte – dem Racket-System, dem Modell passiver Verhaltensweisen, dem Abwertungsschema und der Spieltheorie – beschrieben. Die leitende Frage ist dabei die nach dem therapeutischen Nutzen dieser Konzepte für die Therapie mit eifersüchtigen Klienten. Abschließend folgen Überlegungen zur Rolle des Therapeuten in der Beziehung Therapeut/Klient/Partner/„Rivale“.

Summary

The article deals with script-controlled jealousy. After developmental factors were specified, the interne dynamics and the dynamics within couples or triangular relationships are described in terms of selected concepts of TA-theory: the racket-system, the concept of passive behaviors, the discount-schedule and the theory of games. Thereby the guiding question is, how to use this concepts in the therapy of jealous clients. Fmaly the role of the therapist in the relationship: Therapist/client/partner/rival is examined.

Literatur

- Berne, E., *Die Struktur und Dynamik von Organisationen und Gruppen*, München 1979.
- , *Spiele der Erwachsenen*, Reinbek 1970.
- Erskine, R. & Zalcman, M.*, The Racket-System, TAJ 9, 1979, 3.
- Freud, S.*, Über einige neurotische Mechanismen bei Eifersucht, Paranoia und Homosexualität, Ges. Werke Bd XII, Frankfurt 1967.
- Friday, N.*, 1985, Eifersucht - Die dunkle Seite der Liebe, München 1993.
- Klein, M.*, Neid und Dankbarkeit. In: *Das Seelenleben des Kleinkindes und andere Beiträge zur Psychoanalyse*, Hamburg 1972.
- Mahler, M., Pine & Bergmann.* Die psychische Geburt des Menschen 1975.
- Schiff, J.L.*, *Cathexis Reader*, New York 1975.
- Schneemann, N.*, *Eifersucht und Eifersuchtswahn*, Stuttgart 1988.

Anschrift des Autors:

Wolf Jordan
Peliserkerstr. 60
52068 Aachen