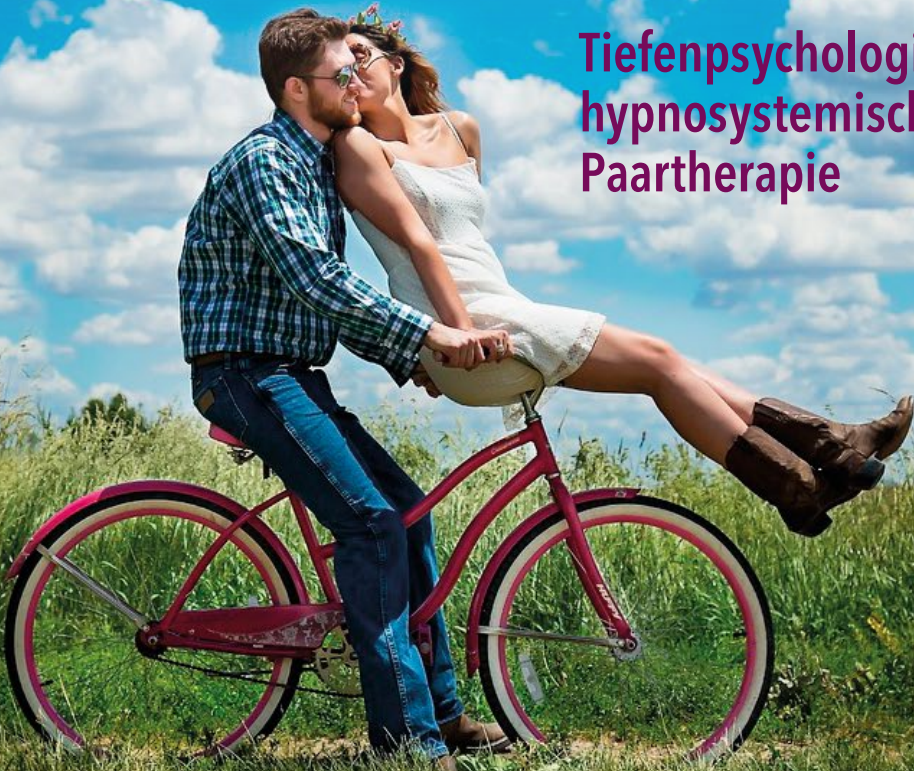


Roland Kachler

Unbewusste Paardynamiken verstehen und lösen

Tiefenpsychologisch-
hypnosystemische
Paartherapie



V&R

Roland Kachler

Unbewusste Paardynamiken verstehen und lösen

Tiefenpsychologisch-hypnosystemische Paartherapie

VANDENHOECK & RUPRECHT

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:
Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der
Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind
im Internet über <https://dnb.de> abrufbar.

© 2026 Vandenhoeck & Ruprecht, Robert-Bosch-Breite 10, D-37079 Göttingen,
ein Imprint der Brill-Gruppe
(Koninklijke Brill BV, Leiden, Niederlande; Brill USA Inc., Boston MA, USA;
Brill Asia Pte Ltd, Singapore; Brill Deutschland GmbH, Paderborn, Deutschland;
Brill Österreich GmbH, Wien, Österreich)

Koninklijke Brill BV umfasst die Imprints Brill, Brill Nijhoff, Brill Schöningh,
Brill Fink, Brill mentis, Brill Wageningen Academic, Vandenhoeck & Ruprecht,
Böhlau und V&R unipress

Alle Rechte vorbehalten. Das Werk und seine Teile sind urheberrechtlich
geschützt. Jede Verwertung in anderen als den gesetzlich zugelassenen Fällen
bedarf der vorherigen schriftlichen Einwilligung des Verlages.

Neuausgabe des Titels »Die Therapie des Paar-Unbewussten. Ein tiefenpsychologisch-
hypnosystemischer Ansatz« (Klett-Cotta, 2015)

Umschlagabbildung: Octavian A Tudose/Pixabay

Satz: SchwabScantechnik, Göttingen
Druck und Bindung: CPI books, Leck
Printed in the EU

Vandenhoeck & Ruprecht Verlage | www.vandenhoeck-ruprecht-verlage.com
E-Mail: info@v-r.de

ISBN 978-3-525-40884-1 (print)
ISBN 978-3-647-40884-2 (digital) | ISBN 978-3-666-40884-7 (eLibrary)

Inhalt

Vorwort: Unbewusste Paardynamiken – Schlüssel für die Paartherapie	9
I Das Paar-Unbewusste – Die Basis der unbewussten Paardynamiken	11
I.1 Wo bleibt das Unbewusste in der Paartherapie? – Ein notwendiger Neuanfang	11
I.2 Die Wiederentdeckung des Unbewussten in den Verhaltens- und Neurowissenschaften	12
I.3 Die Entdeckung des relationalen Gehirns und relationalen Unbewussten	14
I.4 Paartherapie als Therapie mit und am Paar-Unbewussten – Eine tiefenpsychologisch fundierte hypnosystemische Paar- therapie	17
I.5 Hinweise zu den paartherapeutischen Interventionen	19
II Das Paar-Unbewusste als relationales Unbewusstes – Wie Partner unbewusst verbunden sind	21
II.1 Das Paar-Unbewusste als nonverbales Austausch-Unbewusstes	22
II.2 Das Paar-Unbewusste als Spiegel-Unbewusstes	27
II.3 Das Paar-Unbewusste als Resonanz-Unbewusstes	33
II.4 Das Paar-Unbewusste als System-Unbewusstes	38
II.5 Das Paar-Unbewusste als kollusiv-dynamisches Unbewusstes	43
II.6 Das relationale Paar-Unbewusste – Zusammenfassung und Ausblick	44

III	Das Paar-Unbewusste bei der Partnerwahl und im Verlieben –	
	Wie das Paar-Unbewusste entsteht	47
III.1	»Bist du der richtige Elternteil für meine Kinder?« – Unbewusste biologische Grundlagen der Partnerwahl	48
III.2	»Verliebe ich mich in mich selbst?« – Unbewusste Ähnlich- keiten und Differenzen zwischen den Partnern	54
III.3	»Verliebe ich mich in meine Mutter oder meinen Vater?« – Sexuelles Imprinting als unbewusstes Wahlmotiv	57
III.4	»Mit dir werde ich ganz« – Die Partnerwahl als unbewusster Heilungsversuch	59
III.5	»Mit dir bin ich groß und stark« – Die Partnerwahl als unbewusste Selbsterweiterung und Entwicklungsimpuls	64
III.6	»Schmetterlinge im Bauch« – Verlieben als emotionale Körpererfahrung der Anfangssymbiose	67
III.7	»Wir sind ein Paar« – Das Entstehen einer unbewussten emotional fundierten Paaridentität	69
IV	Die Dynamik des Paar-Unbewussten – Was das Paar unbewusst	
	bewegt	73
IV.1	Das Paar-Unbewusste als kollusiv-dynamisches Bedürfnis-Unbewusstes	74
IV.1.1	Die neurobiologisch fundierten Bedürfnissysteme der Liebe	75
IV.1.2	Die komplexen kollusiven Bedürfnissysteme der roman- tische Liebe	81
IV.1.3	Die Dynamik des kollusiv-dynamischen Bedürfnis- Unbewussten	85
IV.2	Das Paar-Unbewusste als resonantes biografisches Unbewusstes – Wie die unbewussten Paardynamiken entstehen	90
IV.2.1	Unbewusste Resonanz der biografisch geprägten Bedürfnis- muster	91
IV.2.2	Unbewusste Resonanz der impliziten Interaktionsmuster und Beziehungsschemata	93
IV.2.3	Unbewusste Resonanz biografischer Verletzungs- und Traumatisierungserfahrungen	98

IV.3	Das Paar-Unbewusste als embodied Körper-Unbewusstes – Wie sich die unbewussten Paardynamiken körperlich realisieren	105
IV.3.1	Die Berührungsresonanz des Körper-Unbewussten	108
IV.3.2	Die gemeinsamen internalen Körperresonanzen der Partner	112
IV.4	Das Paar-Unbewusste als gemeinsames Abwehr-Unbewusstes	119
IV.4.1	Das gemeinsame Abwehr-Unbewusste als Immunsystem des Paares	121
IV.4.2	Dysfunktionale Tendenzen des Abwehr-Unbewussten	123
IV.5	Das Paar-Unbewusste als gemeinsames kreatives Unbewusstes der Liebe	128
IV.5.1	Das kreative Paar-Unbewusste als unbewusster Selbst- organisationsprozess	129
IV.5.2	Das kreative Paar-Unbewusste als Selbstheilungs- Unbewusstes	132
V	Paarsymptome als Störungen des Paar-Unbewussten – Warum die Liebe so schwierig ist	135
V.1	Paarsymptome zwischen Triggern und unbewussten Prozessen	136
V.2	Paarsymptome als unbewusste Spiegel- und Resonanz- störung	140
V.3	Paarsymptome als Folge der Kollusion der unbewussten Bedürfnisse und Paardynamiken	142
V.4	Paarsymptome als unbewusste resonante Reaktualisierung biografischer Erfahrungen	144
V.5	Paarsymptome als unbewusste embodied Paarkörperstörung	150
V.6	Paarsymptome als Funktion des Abwehr-Unbewussten	158
V.7	Paarsymptome zwischen unbewusstem Lösungsversuch und unbewusster destruktiver Eigendynamik	162
VI	Die Therapie mit dem Paar-Unbewussten – Wie Paartherapie spielend leicht wird	169
VI.1	Die Arbeit mit dem Paar-Unbewussten und den unbewussten Paardynamiken im Prozess der Paartherapie	171
VI.2	Die Spiegel- und Resonanzarbeit als zentrale Intervention einer tiefenpsychologisch-hypnosystemischen Paartherapie	174

VI.3	Tiefenpsychologische Interventionen in der Spiegel- und Resonanzarbeit mit dem Paar-Unbewussten	181
VI.4	Systemische Interventionen in der Spiegel- und Resonanzarbeit mit dem Paar-Unbewussten	186
VI.5	Hypnotherapeutische Interventionen in der Spiegel- und Resonanzarbeit mit dem Paar-Unbewussten	189
VI.6	Hypnosystemische Interventionen in der Spiegel- und Resonanzarbeit mit dem Paar-Unbewussten	194
Abschluss und Ausblick		199
Literatur		201

Vorwort: Unbewusste Paardynamiken – Schlüssel für die Paartherapie

Paare suchen eine Paartherapie auf, um ihre Konflikte und Paarprobleme zu lösen. Diese reichen von alltäglichen Missverständnissen und Alltagskonflikten über sexuelle Probleme bis zur körperlichen Gewalt. Eine aufgedeckte Außenbeziehung oder unlösbare Entscheidungssituationen gefährden eine Partnerschaft extrem. Für all diese schwierigen Partnerschaftsthemen wünschen Paare verständlicherweise eine rasche und nachhaltige Lösung. Sie selbst haben dies oft schon über lange Zeit durch Diskussionen und Gespräche, aber auch mit Vorhaltungen, Rückzug und Schweigen versucht. Meist haben sie sich dabei noch tiefer in ihre Paarproblematik verstrickt.

Dabei erleben die Partner, dass eine Transformation ihrer Paarprobleme nicht auf der konkreten Ebene, also nicht über die Arbeit an den inhaltlichen Themen möglich ist. Diese Erfahrung zeigt, dass ein paartherapeutisches Arbeiten an konkreten Themen oder an der verbalen Kommunikation die tief-erliegenden Probleme eines Paares nicht lösen kann. Sowohl die Paare als auch die Paartherapie muss verstehen, dass eine Paartherapie nur dann erfolgreich wird, wenn sie die unbewusste Ebene eines Paares berücksichtigt und bearbeitet. Partner finden sich über unbewusste Partnerwahlprozesse und verlieren sich über unbewusste Prozesse, die ein Paar in destruktive Sackgassen führen.

Dabei spüren beide von Beginn an, dass in einer Paarbeziehung Kräfte wirken, die sie selbst nicht in der Hand haben, nicht kontrollieren oder steuern können. So beginnt jede moderne Paarbeziehung mit einer wie immer erlebten Anziehungskraft, die die Partner ganz automatisch aufeinander ausüben. Sie fühlen sich vom anderen und seiner Person, seinem Aussehen und seiner Lebenssituation angezogen und darin mit ihm verbunden.

Genauso aber treiben unkontrollierbare Kräfte die Partner in Konflikte und Auseinandersetzungen, die nicht mit rationalen, diskursiven Methoden zu lösen

sind. Und schließlich steuern destruktive Kräfte ein Paar in die Abwehr gegeneinander, also wieder auseinander, bis hin zu einer konkreten Trennung oder Scheidung.

Es sind also diese unbewussten Kräfte, die unbewusste Paardynamik, die ein Paar sowohl konstruktiv als auch destruktiv ausmachen und bestimmen. Die Paardynamik ist für das Paar über die Emotionen erlebbar, aber damit noch nicht verstanden oder bewusst gestaltet. Erst eine Paartherapie, die auch mit den unbewussten Paardynamiken arbeitet, macht diese bewusst und damit beeinflussbar. Insofern sind die unbewussten Paardynamiken der Schlüssel zu jedem Paar, aber besonders zu deren Paarproblemen, die eben aus dem unbewussten Zusammenspiel der individuellen Psychodynamiken der Partner entstehen.

Um nun wiederum die unbewusste Paardynamik oder Paarkollusion zu verstehen, brauchen wir ein übergeordnetes Konzept, in das wir die Paardynamiken einbetten. Es ist in diesem Ansatz der Paartherapie das Konzept des Paar-Unbewussten. Dabei greifen wir einerseits auf die Psychoanalyse und die Tiefenpsychologie zurück, hier insbesondere auf das Kollusionskonzept von Jürg Willi, andererseits beziehen wir systemische, hypnotherapeutische und hypnosystemische Konzepte mit ein. Dazu kommen neurowissenschaftliche Erkenntnisse über die unbewussten evolutionsbiologischen Motive und Bedürfnisse, die die Partner unbewusst in die Paarbeziehung einbringen.

Damit entsteht ein umfassendes Konzept des Paar-Unbewussten, das so in der Landschaft der Paartherapie immer noch neu ist und immer noch einzigartig dasteht. So kann Paartherapie auf einer umfassenden, insbesondere unbewussten Ebene die Paare anleiten, ihre Paarprobleme nicht nur zu lösen, sondern ihre unbewusste Paardynamik grundlegend konstruktiv zu transformieren. Die Lösung der konkreten Paarprobleme gelingt langfristig nur, wenn die unbewusste Paardynamik eines Paares sich verändert.

Für Sie als Leserin und Leser, als Paartherapeutin und Paartherapeut wartet nun eine spannende Reise in die Tiefen der Paardynamiken und des Paar-Unbewussten. Und dies nicht nur bei den Paaren in Ihrer Paartherapie, sondern – und das dürfte genauso spannend sein – für Ihre eigene Partnerschaft, sei sie vergangen oder ganz aktuell.

Roland Kachler

I Das Paar-Unbewusste – Die Basis der unbewussten Paardynamiken

I.1 Wo bleibt das Unbewusste in der Paartherapie? – Ein notwendiger Neuanfang

In der gegenwärtigen Praxis der Paartherapie kommen das Unbewusste eines Paares und das unbewusste Zusammenspiel, also die unbewusste Paardynamik beider Partner als Begriff und als theoretisches Konzept nicht oder kaum vor. In den kommunikationstheoretisch fundierten, bindungstheoretischen und verhaltenstherapeutischen Ansätzen wird explizit nur an der konkreten und sichtbaren Paarkommunikation oder den Austauschprozessen der Partner gearbeitet (Schindler et al., 2006). Der bindungstheoretische Ansatz (Greenberg u. Goldman, 2010) in der Paartherapie arbeitet wohl auch an den unbewussten Aspekten der Bindung eines Paares, ist aber zu sehr auf die Bindung als einziges Thema der unbewussten Paardynamik begrenzt.

Auch die verschiedenen systemischen Ansätze der Paartherapie bearbeiten die unbewusste Ebene zwischen dem Paar nicht explizit (Retzer, 2004; Hess, 2006). Die systemischen Fragetechniken sprechen ohnehin eher die kognitiv zugänglichen Strukturen eines Paares an.

Manche Methoden wie die Genogramm- oder Aufstellungsarbeit scheinen jedoch durchaus unbewusste Prozesse anzunehmen, die Glück oder Unglück eines Paares ausmachen oder erklären. Auch bei der Hypothesenbildung von systemischen Paartherapeuten scheinen implizit Hypothesen von unbewussten oder zumindest vorbewussten Prozessen zwischen den Partnern einzufließen. Arbeiten die systemischen Ansätze vielleicht doch unbewusst mit den unbewussten Prozessen eines Paares? Warum also nicht direkt mit und an den unbewussten Paarprozessen arbeiten?

Der im deutschsprachigen Raum einflussreiche integrative Ansatz von Hans Jellouschek (2005) greift immer wieder, jedoch unsystematisch, die unbewusste Ebene auf, wenn er unbewusste Themen der Paardynamik, wie zum Beispiel Autonomie versus Bindung, als Grund von Paarproblemen sichtbar macht.

Im Ansatz von Jürg Willi (1975) wurde das Unbewusste der beiden Partner in der Paartherapie explizit konzeptualisiert und in das Zentrum der Paartherapie gestellt. In seinem bekannten Buch »Die Zweierbeziehung« beschreibt der Untertitel »Analyse des unbewußten Zusammenspiels in Partnerwahl und Paarkonflikt. Das Kollusions-Konzept« genau das Programm dieses Ansatzes. Willi nennt als Grundlage jeder Paarbeziehung das »gemeinsame Unbewusste«, das sich aus den gemeinsamen unbewussten Grundannahmen der beiden Partner konstituiert. Doch auch bei Willi kommt der Begriff des Paar-Unbewussten nicht explizit vor. Zudem war sein Ansatz mit den Kategorien der oralen, anal-sadistischen, narzisstischen und phallischen Kollusion zunächst zu sehr an die psychoanalytische Trieb- und Entwicklungstheorie gebunden, so dass er als zu starr und begrenzt erschien, um die Vielfalt der unterschiedlichen Partnerschaften und deren Kollusion erfassen zu können. Das bleibende Verdienst dieses Ansatzes ist es, dass unbewusste Kollusionen und die daraus resultierende Aufspaltung in eine progressive und regressive Position der Partner als eigenständige Determinante einer Paarbeziehung und als Interventionsebene in die Paartherapie einbezogen werden.

Jürg Willi (2008) selbst hat seinen Ansatz der unbewussten Paarkollusion nicht wesentlich vertieft oder anhand neuerer neurowissenschaftlicher Erkenntnisse weiterentwickelt. Genau an dieser Stelle möchte ich mit meinem Ansatz einer tiefenpsychologisch fundierten, hypnosystemischen Paartherapie das Konzept des Paar-Unbewussten aufgreifen und durch Erkenntnisse aus den Neurowissenschaften anreichern. Dabei bleibe ich dem Pionier des Paar-Unbewussten, insbesondere seinem Konzept der Kollusion, verpflichtet.

1.2 Die Wiederentdeckung des Unbewussten in den Verhaltens- und Neurowissenschaften

Nachdem in den empirischen Sozial- und Verhaltenswissenschaften, insbesondere auch der Psychologie, unbewusste Prozesse über lange Zeit als wissenschaftlich obskur, nicht beweisbar oder als unbedeutend betrachtet wurden,

hat die Wiederentdeckung des Unbewussten wissenschaftliche Anerkennung gefunden und derzeit geradezu Konjunktur (Berlin, 2011; Stein et al., 2006; Hassin et al., 2005; Norman, 2010).

In der Gedächtnisforschung wurden implizite Gedächtnissysteme wie das prozedurale Gedächtnis (Markowitsch, 2009; Cortina u. Liotti, 2007) und das emotionale Gedächtnis (Roth, 2003) beschrieben. In diesen Netzwerken werden erlernte, insbesondere motorische Fähigkeiten und emotionale Erfahrungen so abgespeichert, dass sie unbewusst und dennoch abrufbar bleiben. Wichtig war die Priming-Forschung von John Bargh, in der gezeigt wurde, dass sublimale Reize, welche vom Beobachter nicht wahrnehmbar sind, weil sie unter der Wahrnehmungsschwelle liegen, nachfolgende Wahrnehmungs- und Handlungsbereitschaften unbewusst vorbahnen (Bargh, 2006).

Es besteht in der Hirnforschung kein Zweifel mehr, dass ein Großteil von Verarbeitungsprozessen im Gehirn unbewusst abläuft (Roth, 2003, S. 225 ff.; Northoff, 2023). Die Zahl empirischer Belege ist in den letzten Jahren explosionsartig angewachsen, so dass immer deutlicher wird, wie unser Gehirn autonom und vom Bewusstsein unabhängig arbeitet und unser Denken, Fühlen und Handeln prägt. Gary Bruno Schmid (2010, S. 73) hält fest: »Nur ca. einhundertstel Prozent (0,01 Prozent) der Gesamtaktivität des Gehirns ist dem Menschen bewusst, während der große Rest (99,99 Prozent) der mentalen Informationsbearbeitung unbewusst abläuft.« Das Bewusstsein ist gegenüber den unbewussten Prozessen im Gehirn tatsächlich nur eine kleine schwimmende Insel auf dem Ozean des Unbewussten oder die berühmte Spitze des Eisbergs, die aus dem Meer des Unbewussten herausragt. Viele Grundannahmen der Psychoanalyse erhalten so ihre Bestätigung. Der Hirnforscher Gerhard Roth schreibt dazu: »Wir sehen, dass viele Kernbestandteile der Freud'schen Lehre mit den Erkenntnissen der Neurowissenschaften vereinbar sind« (Roth, 2003, S. 440). Karen Kaplan-Solms, Mark Solms und andere haben die Neurowissenschaften und Psychoanalyse zu einer Neuro-Psychoanalyse weiterentwickelt (Kaplan-Solms u. Solms, 2000; Solms u. Turnbull, 2004; Solms, 2013; Northoff, 2023). Das Unbewusste wurde also in den Neurowissenschaften nicht nur wiederentdeckt, sondern empirisch belegt und in seiner Funktion wenigstens in Ansätzen entschlüsselt. Es ist erstaunlich, dass diese Erkenntnisse noch wenig für das Verständnis der Partnerschaft und für die Paartherapie genutzt wurden. Das soll hier geschehen, soweit dieses Wissen für das Verständnis des Paar-Unbewussten und für eine tiefenpsychologisch-hypnosystemische Paartherapie relevant ist. Es eröffnet für die Paarpsychologie und die Paartherapie neue Einsichten, die überraschend

und aufregend sind, und trägt zur Ausarbeitung neuer, äußerst wirksamer Interventionsmethoden in der Paartherapie bei.

I.3 Die Entdeckung des relationalen Gehirns und relationalen Unbewussten

Noch beobachten die Hirnforschung und Neurowissenschaft das Gehirn als weitgehend isoliertes Organ und dessen Reaktionen in experimentellen Settings mit Einzelpersonen. Das ist nicht zuletzt den derzeit aktuellen Methoden der bildgebenden Verfahren geschuldet (Schiepek, 2011, S. 35 ff.). Das Gehirn und seine unbewussten Prozesse sind schon an sich für die wissenschaftliche Beschreibung außerordentlich komplex, so dass beispielsweise die Beschreibung zweier, in Interaktion befindlicher Gehirne und deren unbewusste Prozesse zum gegenwärtigen Zeitpunkt für den neurowissenschaftlichen Zugang nur bedingt möglich ist.

Dennoch wird immer deutlicher, dass das Gehirn gewissermaßen aus Kommunikation besteht. Bildlich gesprochen ist es einerseits ein Marktplatz, auf dem der Austausch und die Kommunikation mit vielen anderen Menschen organisiert und gelebt wird, andererseits ist das Gehirn wie ein riesiges Bürogebäude, in dem über neuronale Netzwerke die interne Kommunikation, also die Kommunikation des Gehirns mit sich selbst geschieht. Das Gehirn ist ein Beziehungsorgan, dessen Entwicklung und Funktion ohne den interaktionalen Kontext seiner externen Umwelt, insbesondere der Beziehungen zu anderen Menschen, aber auch mit sich selber als internalem Kontext nicht zu verstehen ist. Das einzelne Neuron kann ohne die Umwelt des Gehirns nicht existieren, ebenso wenig kann das Gehirn ohne seine interpersonale und kommunikative Umwelt überleben (Cozolino, 2007, S. 22; Fuchs, 2010). Daniel J. Siegel (2012) beschreibt diese Phänomene im Rahmen seines Forschungsansatzes einer interpersonalen Neurobiologie. Umgekehrt werden die menschlichen Beziehungen und ihre neuronalen Grundlagen im Gehirn von den Neurowissenschaften genauer beschrieben, so beispielsweise von Louis Cozolino in »Die Neurobiologie menschlicher Beziehungen« (2007). Insbesondere die Entdeckung der Spiegelneuronen hat das Verständnis der neuronalen Prozesse eines auch unbewussten Austausches zwischen zwei und mehreren Interaktions-

partnern möglich gemacht. Interpersonale Phänomene wie die Einfühlung, das Mitgefühl, prosoziales Verhalten (Decety u. Ickes, 2011; Baron-Cohen et al., 2013) und nicht zuletzt die elterliche oder partnerschaftliche Liebe (Bartels u. Zeki, 2004) finden durch die Neurowissenschaften einleuchtende und weiterführende Erklärungen. Auch wenn die Liebe weiterhin ein Geheimnis bleibt und bleiben soll, so kann man sie doch als eine unendlich komplexe, weitgehend unbewusste Kommunikation zwischen zwei Gehirnen und als verbundene, gespiegelte unbewusste Interaktionen in diesen beiden Gehirnen verstehen.

Die Entwicklung und die Prägung des Gehirns in den ersten Lebensjahren ist extrem abhängig von der Eltern-Kind-Beziehung, wie die Säuglingsforschung, insbesondere Alan Schore (Schore, 2005; Schore u. Schore, 2008), gezeigt hat. Jedes Gehirn wird von Beginn an in seiner neuronalen Struktur in und durch die Beziehungen zu anderen Menschen geformt und es wird aufgrund seiner neuronalen Plastizität ein Leben lang in der Begegnung mit Menschen weiter gestaltet – und das geschieht für den Besitzer des Gehirns gänzlich unbewusst. In der Psychoanalyse gibt es durch Harry S. Sullivan schon eine längere Tradition, das Unbewusste nicht nur als individuellen Persönlichkeitsanteil in vertikaler, sondern auf horizontaler Ebene zwischen den Interaktionspartnern zu verorten (Conci, 2005). Diese interpersonale Perspektive ist auch von anderen neu entdeckt worden (Altmeyer u. Thomä, 2006; Bohleber, 2013). Zu der Wiederentdeckung des horizontalen Unbewussten passt eine Episode, wonach Martin Buber, der Theologe und Philosoph des Ich-Du-Dialogs, auf einem Kongress von amerikanischen Psychoanalytikern gefragt wurde, wo er das Unbewusste verorte. Darauf habe Buber geantwortet: »Zwischen den Menschen«.

Michael B. Buchholz und Günter Götde sprechen von einem horizontalen oder resonanten Unbewussten (Buchholz u. Götde, 2013). Über die unbewusste Resonanz der Gehirne zweier Menschen, psychoanalytisch auch als Übertragungs- und Gegenübertragungsprozesse zu verstehen, konstelliert sich ein aktuelles Beziehungsunbewusstes, das nun als Drittes im Zwischenraum der Interaktionspartner schwingt und das sozusagen die Melodik, Rhythmik und Atmosphäre eines gemeinsamen Konzertes bestimmt. Das Konzept der Resonanz wird in meinem tiefenpsychologisch fundierten hypnosystemischen Ansatz der Paartherapie eine wichtige Rolle spielen. Inzwischen hat auch der Philosoph Hartmut Rosa die Resonanz als zentrales Phänomen in sozialen und gesellschaftlichen Beziehungen herausgearbeitet (Rosa, 2019).

Auch die systemische Theorie lässt sich auf die Beziehung zwischen den Gehirnen und deren Unbewusstes anwenden. Der Austausch zweier Menschen

bildet auch auf der unbewussten Ebene sofort Regeln, Muster und Strukturen, die den Beteiligten ebenfalls weitgehend unbewusst bleiben. Dies lässt sich mit den Eisenfeilspänen im magnetischen Feld vergleichen, bei dem sich einzelne Transaktionen zwischen zwei Menschen unbewusst auf das gemeinsame Unbewusste ausrichten. Systemisch gesprochen ergeben zwei interagierende Unbewusste die emergente Gestalt eines neuen Systems, eben eines Paar-Unbewussten. Das Gehirn und das Unbewusste können also nur als systemisches Gehirn und systemisches Unbewusstes verstanden werden (vgl. dazu auch Fuchs, 2010, S. 142 ff.).

Diese verschiedenen Ansätze eines relationalen Unbewussten, das sich im resonanten und spiegelnden Austausch zwischen Menschen ereignet, werden eine zentrale Rolle im Verständnis des Paar-Unbewussten und in der paartherapeutischen Arbeit spielen. So lässt sich die Liebe als eine das Unbewusste um- und ergreifende Resonanz zwischen zwei Menschen verstehen. Diese Resonanz wird als intensives Liebesgefühl und liebevolle Bindung erlebt, obwohl oder gerade weil sie in weiten Teilen den beiden Partnern unbewusst bleibt.



Das Paar-Unbewusste – Schimäre, Konstrukt oder »Realität«?

Betrachtet man die Paarbeziehung, so vermutet man eine unendliche Vielzahl komplexer unbewusster Austauschprozesse zwischen den Partnern und in den Partnern. Aufgrund der Gleichzeitigkeit, der Vielzahl und der Komplexität ist eine genaue Beschreibung dieser »Realität« nicht möglich. Deshalb braucht es wissenschaftliche Begriffe, um die stattfindenden unbewussten Prozesse und damit der unbewussten Paardynamik zusammenzufassen und zu beschreiben.

Der Begriff des Paar-Unbewussten ist ebenso wie der Begriff der unbewussten Paardynamik ein Konstrukt, das der wissenschaftlichen Beschreibung der unbewussten Paarprozesse dient. Insofern bilden diese Konstrukte nicht die überaus komplexen Interaktionsprozesse eins zu eins ab, sondern fassen sie zusammen und reduzieren damit ihre Komplexität. Die Begriffe der unbewussten Paardynamik und des Paar-Unbewussten werden vom Beobachter zu Beobachtungs-, Beschreibungs- und Analysezwecken so konstruiert, dass sie einerseits die komplexe Interaktionsrealität eines Paares angemessen beschreiben und andererseits für die Paartherapie anwendbar werden. Das Konstrukt des Paar-Unbewussten wird in diesem Ansatz in verschiedenen Facetten und Dimensionen differenziert beschrieben.

Natürlich liegt in einem Beschreibungskonstrukt auf einem hohen Abstraktionsniveau wie dem Paar-Unbewussten die große Gefahr, es zu verdinglichen und dem Begriff eine eigene Wirklichkeit zuzuschreiben. Gegen diese Gefahr der Ver-

dinglichung und Ontologisierung eines Konstruktes hilft nur, es immer wieder differenziert zu beschreiben und im paartherapeutischen Prozess wieder zu konkretisieren und zu verflüssigen. Schließlich misst sich der Wert und die Bedeutung eines Konstrukts nicht zuletzt daran, wie hilfreich es für die Anwendung in der Paartherapie ist.

I.4 Paartherapie als Therapie mit und am Paar-Unbewussten – Eine tiefenpsychologisch fundierte hypnosystemische Paartherapie

Wenn es zutrifft, dass eine Paarbeziehung im Wesentlichen von unendlich vielen, komplex zwischen den Partnern verschränkten und gespiegelten unbewussten Prozessen bestimmt wird, dann kann die Paartherapie nur hilfreich und effektiv sein, wenn wir diese Prozesse miteinbeziehen. Veränderungsprozesse bei Paaren sind gar nicht möglich oder nachhaltig, ohne die unbewussten Prozesse einzubeziehen und nutzbar zu machen. Der hier dargestellte Ansatz berücksichtigt bewusst und systematisch das Unbewusste eines Paares, genauer gesagt, die unbewussten Prozesse zwischen den Gehirnen beider Partner. Zudem arbeitet er einerseits mit und andererseits an den unbewussten Paarprozessen, insbesondere den unbewussten Paardynamiken.

Dieser neue paartherapeutische Ansatz hat sich in meiner über 35-jährigen Erfahrung in der paartherapeutischen Arbeit allmählich entwickelt; ich habe ihn auf verschiedenen Kongressen vorgestellt und zustimmende Resonanz erhalten. Dabei greife ich neben den neuen neurowissenschaftlichen und entwicklungspsychologischen Erkenntnissen auf vier Traditionen des psychotherapeutischen und vor allem paartherapeutischen Arbeitens zurück.

- Das aus der *Psychoanalyse* heraus entwickelte Kollusionskonzept als unbewusstes Zusammenspiel der Partner von Jürg Willi bleibt eine wesentliche Grundlage der Paartherapie des Unbewussten (Willi, 1975; 2002; 2008) und bildet ein basales Fundament meiner tiefenpsychologisch verstandenen Paartherapie. Die bei Jürg Willi wichtige klassische psychoanalytische Entwicklungstheorie wird in meinem Ansatz durch die Erkenntnisse der jüngsten Säuglingsforschung, insbesondere der vorbewussten, präverbalen interaktionalen Prozesse zwischen Eltern und Säugling, korrigiert und erweitert (Trevarthen u. Aitken, 2001; Tronick, 2007; Schore, 2005; Schore u. Schore,

2008). Das psychoanalytische Triebkonzept wird von mir durch die aktuellen Erkenntnisse aus der Neurobiologie, insbesondere den Forschungen von Jaak Panksepp (1998), erweitert. Damit kann die unbewusste Kollusion eines Paares neu beschrieben und verstanden werden. Es bleibt ein wesentliches Ziel der Paartherapie, die unbewusste Kollusion, also die unbewusste Paardynamik, und damit das Paar-Unbewusste therapeutisch zu verändern.

- Das *systemische Denken* bleibt für die Paartherapie des Unbewussten ebenfalls unverzichtbar, wird aber hier angewandt auf die unbewussten Austauschprozesse, die unbewussten Regeln und Dynamiken eines Paares. Ich bezeichne dies als Systemtheorie des relationalen Paar-Unbewussten. Ebenso werden die klassischen Interventionsmethoden der Systemtheorie auf unbewusste Prozesse zwischen Partnern und auf das System des Paar-Unbewussten angewandt. Dabei geht es um zwei Zielrichtungen: Gerade über systemische Fragen lassen sich unbewusste Prozesse bewusst machen, um sie dann ganz bewusst zu verändern. Nonverbale systemische Methoden wie die Skulptur- und Aufstellungsarbeit zielen in meinem Ansatz der Paartherapie direkt auf die Veränderung der unbewussten Prozesse eines Paares ab.
- Ein direkter Zugang zum Unbewussten bietet aus meiner Sicht die *moderne Hypnotherapie nach Milton Erickson*, die hier auf die Paartherapie übertragen wird. Anregungen dazu verdanke ich Dirk Revenstorf (2008), bei dem ich schon als Student und später im Rahmen der Kongresse der Milton-Erickson-Gesellschaft als Paartherapeut in die Lehre gehen durfte. In der Hypnotherapie wird über die Induktion einer Trance der Zugang zu unbewussten, insbesondere imaginativen und körpernahen Prozessen ermöglicht. In der Paartherapie kann das Paar in eine gemeinsame, auf Veränderung angelegte Paartrance eingeladen werden, in der die unbewussten Prozesse zwischen den Partnern direkt zugänglich werden. An ihnen kann direkt, also ohne Bewusstwerdung, gearbeitet und zur Veränderung eingeladen werden.
- Gunter Schmidt hat die Hypnotherapie zu seinem *hypnosystemischen Ansatz* weiterentwickelt, indem er die Hypnotherapie systemisch verstanden hat (Schmidt, 2004; 2005). Der hypnosystemische Ansatz ist für meine hier vorgestellte Therapie des Paar-Unbewussten von zentraler Bedeutung. Die Kommunikation zweier Partner, aber auch deren Regeln, Muster, Tabus und Positionen, führen das Paar ständig in neue Erlebenszustände, die als eigenständige Trancezustände verstanden werden können. Die Partner sind in einer Paarbeziehung in ihrem Erleben so aufeinander bezogen, dass sie sich ständig wechselseitig auf der emotionalen und körpernahen Ebene

beeinflussen. Diese wechselseitige Fokussierung auf bestimmte Erlebensweisen wird vorwiegend durch unbewusste, insbesondere nonverbale Kommunikationen, durch die unbewussten Strukturen des Paares und die unbewussten Paardynamiken hergestellt. Diese weitgehend unbewusste, gegenseitige Fokussierung findet nicht nur in konstruktiven Paarsituationen, sondern gerade auch in destruktiven Konfliktsituationen eines Paares statt. Die Partner erleben aversive Emotionen und Körperempfindungen, zu denen sie sich gegenseitig zum Beispiel in einer Streiteskalation einladen. So entstehen destruktive, aversive Trancezustände, die als Paarproblem erlebt werden. Genau hier setzt eine hypnosystemisch angelegte Paartherapie des Paar-Unbewussten mit ihren Interventionen an.

Die hier vorgestellte Paartherapie ist also eine tiefenpsychologisch fundierte hypnosystemische Paartherapie des Paar-Unbewussten. Sie wird im Folgenden schrittweise entfaltet.

1.5 Hinweise zu den paartherapeutischen Interventionen

Im Folgenden werden zu jedem Abschnitt ♦ paartherapeutische Interventionen vorgestellt. Eine ausführliche Begründung, eine exakte Beschreibung der dazugehörigen Algorithmen und eine Einordnung in den gesamten Therapieprozess werden in Kapitel VI gegeben. Falls Leserinnen und Leser zunächst an der Interventionsmethodik dieses Ansatzes interessiert sind, können sie die Lektüre auch mit Kapitel VI fortsetzen.

Hier vorab einige zu beachtende Hinweise zu den paartherapeutischen Interventionen:

- Die Anwendung setzt eine fundierte Paardiagnostik der Paarsituation, der Paargeschichte, der zentralen zu bearbeitenden Paarthemen, der Paarkollusion und der unbewussten Paardynamik voraus. Ebenso wird ein gemeinsamer Paartherapievertrag mit dem Paar vorausgesetzt.
- Die paartherapeutischen Interventionen werden in der Regel aus dem therapeutischen Prozess heraus dem Paar vorgeschlagen. Dementsprechend sind sie auf das jeweilige besondere Paar und die paartherapeutische Situation zu beziehen und entsprechend anzupassen.

- Die meisten paartherapeutischen Interventionen sind Anleitungen zu Spiegel- und Resonanzprozessen zwischen den Partnern. Dies ergibt sich aus dem später dargestellten Verständnis des Paar-Unbewussten als Spiegel- und Resonanz-Unbewusstes.
- Die Spiegel- und Resonanzprozesse dienen der direkten Anwendung der Hypnotherapie und des hypnosystemischen Ansatzes in der Paartherapie mit dem Ziel, damit die unbewussten Paarprozesse zu aktualisieren, mit ihnen zu arbeiten und sie in Richtung der gewünschten Lösung zu verändern.
- Die Spiegel- und Resonanzprozesse brauchen keine besonderen hypnotherapeutischen Techniken. Meist genügen einige Impulse zu einer vertieften Entspannung der beiden Partner. Im hypnosystemischen Verständnis befinden sich Paare in ihrer Interaktion schon in einer Trance, die aufgegriffen, genutzt und in Richtung der gewünschten Lösung oder Paarentwicklung transformiert wird.
- Die hier vorgeschlagenen Interventionen können auch über systemische Fragen oder über das Gespräch gestaltet werden. Sie sind dann allerdings nicht so nahe an den unbewussten Paarprozessen, wie dies mit den Interventionen über Spiegel- und Resonanzprozesse möglich ist.
- Die hier beschriebenen Interventionen können auch in andere paartherapeutische Ansätze und Vorgehensweisen integriert werden. Häufig genügen in einer Paartherapie einige wenige Spiegel- und Resonanzprozesse, um unbewusste Paarprozesse zu verändern. Die weiteren Therapieprozesse können dem eigenen Therapieansatz entsprechend über das paartherapeutische Gespräch und andere Methoden gestaltet werden.
- Die Spiegel- und Resonanzprozesse werden mit wörtlichen Anleitungen vorgestellt. Es versteht sich von selbst, dass der Wortlaut entsprechend der jeweiligen Therapiesituation und den eigenen Sprachgewohnheiten als Paartherapeut oder Paartherapeutin verändert werden muss. Die wörtlichen Anleitungen sind kursiv gedruckt. Aufzählungen mit Schrägstrichen benennen mögliche Alternativen bei der Anleitung. Die Auslassungspunkte bezeichnen mögliche Alternativen oder Leerstellen, die durch die Antworten der Partner gefüllt werden. Ein Gedankenstrich stellt eine Pause in der Anleitung dar. Eine Leerzeile zeigt einen wichtigen nächsten Prozessschritt in der Intervention an. Die Anleitung wird zunächst an beide Partner gerichtet; je nach Prozess werden die Partner einzeln nacheinander, aber immer gleichgewichtig angesprochen.

II Das Paar-Unbewusste als relationales Unbewusstes – Wie Partner unbewusst verbunden sind

Er und sie haben ihre Daten, Vorlieben und Hobbys einer professionellen, seriösen Partnervermittlung gegeben. Beide haben ihre Daten sorgfältig und ganz bewusst so ausgewählt, dass sie für einen möglichen Partner attraktiv werden. Dabei ist zu vermuten, dass völlig unbewusste Selbstbilder und Selbstdarstellungswünsche eingeflossen sind. Spätestens in der Imagination eines möglichen Partners sind unbewusste Wünsche, Ängste und Projektionen der eigenen Bilder und Phantasien aufgestiegen. So sind beide – noch ohne sich zu kennen – in einen Austausch mit einem noch imaginären Partner getreten. Beide befinden sich schon in einer phantasierten Intersubjektivität und Beziehung. Der Auswahlprozess in der eigenen Selbstdarstellung und die Erwartung, ob und wer sich zur eigenen Selbstdarstellung passend melden wird, prägen schon jetzt unbewusst alles Weitere, was zwischen den Partnern des noch imaginären Paares geschehen wird.



Nehmen die von Algorithmen und künstlicher Intelligenz zugeordneten, möglichen zukünftigen Partner zunächst per E-Mail, dann per Telefon und schließlich bei einem Treffen in einem Café Kontakt auf, geschieht ein Austausch auf vielen Kommunikationsebenen. Je komplexer der Austausch wird, umso weniger ist er von den beiden möglichen Partnern bewusst zu erfassen, so zum Beispiel der erste Blickkontakt und die Begrüßung im Café sowie die gegenseitige Vorstellung auf verbaler und vor allem nonverbaler Ebene. In diesem Austausch beeinflussen sich die beiden Menschen ständig in einem reziproken Prozess. Sie beziehen sich in ihren Reaktionen ständig aufeinander, teils komplementär ergänzend, teils divergierend, sich abgrenzend. Was zwischen ihnen geschieht, wird von beiden ständig beobachtet und bewertet, so dass etwas Drittes, nämlich eine Beziehung, entsteht. Darauf beziehen sich die Interaktionspartner zunehmend im weiteren Verlauf des ersten Treffens. Es

entsteht eine neue, emergente Gestalt einer Anfangsbeziehung, die sich im Wesentlichen aus einer unendlich großen Anzahl von unbewussten Prozessen entwickelt hat.

Das Entstehen einer Dyade und des relationalen Unbewussten in seiner Komplexität ist so zwar nur unzureichend beschrieben, aber es wird deutlich, was als relationales Unbewusstes und – falls die beiden von einer Dating-Plattform aneinander verwiesenen Menschen ein Paar werden – unter einem Paar-Unbewussten zu verstehen ist.

II.1 Das Paar-Unbewusste als nonverbales Austausch-Unbewusstes

Etwa 60 Prozent der menschlichen Kommunikation sind nonverbal (Burgoon, 1985), ein Großteil davon wiederum wird implizit, also vorbewusst und unbewusst wahrgenommen. In Paarbeziehungen dürfte der nonverbale und damit der unbewusste Anteil der Kommunikation noch größer sein, vollzieht sich die Kommunikation doch in einer Vielzahl von zärtlichen intimen Gesten und Berührungen, die es in anderen Beziehungen nicht gibt. Auch in der verbalen Kommunikation eines Paares gibt es eine Vielzahl von unbewusst bleibenden Prozessen, wie bei der impliziten Bedeutungszuschreibung von Begriffen oder dem impliziten Verstehen von grammatikalischen Strukturen der verbalen Äußerungen (siehe Abbildung 1).

Die Vielzahl und Komplexität der Prozessebenen der nonverbalen Kommunikation können hier nur summarisch aufgezählt werden:

- Der Blick ist eine wichtige Kommunikationsebene bei Paaren, wie beim fragenden oder vorwurfsvollen Blick in einer Diskussion; ebenso die Gesichtsmimik, beispielsweise das Lächeln oder Zornesfalten.
- In Gesten, in der Körperhaltung und der räumlichen Positionierung gegenüber dem Partner werden Gefühle und Bedürfnisse auf der Handlungsebene kommuniziert, beispielsweise in der körperlichen Zuwendung, Annäherung oder Abwendung der Partner.
- Der Rhythmus, die Betonung, die Pausen und die Syntax des Gesprochenen, Volumen und Tonhöhe der Stimme geben dem Partner subliminale Hinweisreize, wie die verbalen Äußerungen zu verstehen sind.

- Berührungen, insbesondere zärtliche, intime oder sexuelle Berührungen beziehungsweise Nichtberührungen, sind intensive, auf der emotionalen Ebene und auf der Körperebene wirkende Botschaften.

Für die Verarbeitung und Aktivierung des nonverbalen Austausches ist vorwiegend die rechte Hemisphäre und das limbische System verantwortlich (Dimberg u. Petterson, 2000; Schore, 2005; Cozolino, 2007). Jeder nonverbale Kommunikationsanteil kommt also großteils aus subkortikalen Gehirnregionen und beim anderen auch in diesen Gehirnbereichen des Unbewussten an. Noch während dieses weitestgehend unbewussten Verarbeitungsprozesses im limbischen System werden parallel dazu weitere nonverbale Transaktionen ausgetauscht. Diese Prozesse verweben sich ständig zu einem dichten unbewussten Kommunikationsnetz, das als relationales Unbewusstes verstanden werden kann. Erlebt wird das beim Paar als empathische Übereinstimmung, Nähe und Verbundenheit oder als Distanz, Abweisung und Ablehnung.

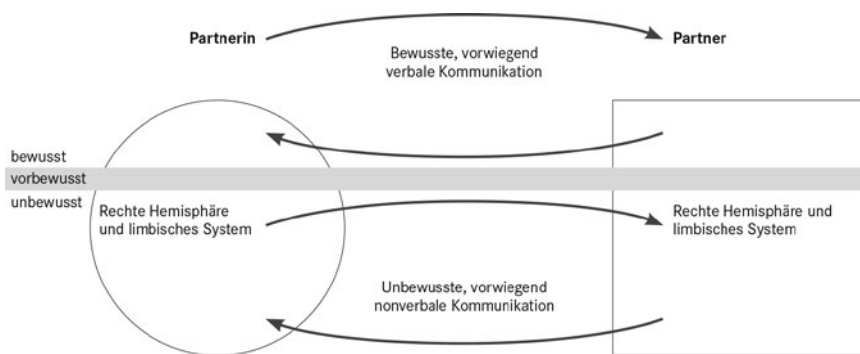


Abbildung 1: Die bewusste, meist verbale Kommunikation zwischen den Partnern in einer Partnerschaft findet über der Bewusstseinschwelle statt; die unbewusste, meist nonverbale, umfang- und einflussreichere Kommunikation findet im Bereich des Unbewussten statt und konstellierte das Paar-Unbewusste. An der Schwelle des Bewusstseins gibt es Zwischenformen des Bewussten und Unbewussten, wie etwa bewusstseinsnahe, vorbereusste, intuitiv zu spürende und unbewusste Zustände.

Das Gehirn und die unbewussten Paarprozesse

Für die Verarbeitung der interaktionalen, meist unbewussten Austausch- und Gefühlsprozesse zwischen den Interaktionspartnern lässt sich inzwischen eine Vielzahl von Gehirnbereichen nachweisen, die weitgehend auf der subkortikalen, also



unbewussten Ebene aktiv sind. Die hierfür zentralen Gehirnstrukturen werden in einer Übersicht kurz beschrieben (ausführlich in Solms u. Turnbull, 2004; Cozolino, 2007; Damasio, 2011; Panksepp, 1998; Schiepek, 2011; Roth, 2003; Northoff, 2023).

Zunächst werden nonverbale, interaktionale Prozesse rechtshemisphärisch und im gesamten limbischen System verarbeitet. Die Amygdala, auf beiden Seiten an der Spitze des Hippocampus befindlich, ist als Teil des limbischen Systems für die Gesichtsverarbeitung, für die emotionale Bewertung des Gegenübers, dessen Gefühle und Verhalten zuständig. Die Insula, ein alter, zwischen Temporal- und Frontallappen eingefalteter Cortexteil, ist verantwortlich für die Integration der eigenen Körpergefühle in der Interaktion. Sie ist die Schnitt- und Integrationsstelle für das Erleben der Interaktion als Resonanz im eigenen Körper, beispielsweise als Bauch- und Körpergefühl. Diese beiden Gehirnregionen sind für das Entstehen eines relationalen Unbewussten auch deshalb wichtig, weil in ihnen zahlreiche Spiegelneuronen platziert sind.

Im anterioren cingulären Cortex werden Emotionen bewertet, Konflikte abgebildet und Entscheidungen vorgebahnt. Dieser Gehirnbereich ist auch eine Brücke zur Bewusstwerdung von Gefühlen und Entscheidungsprozessen.

In den Basalganglien sind vor allem gelernte, automatisierte und deshalb unbewusste Bewegungsabläufe, zu denen auch die nonverbalen Formen der Kommunikation wie Gesten gehören, abgespeichert.

Der Hippocampus ist zentral für das Abspeichern von biografischen Erfahrungen, sowohl der Kindheitserfahrungen beider Partner als auch der bisherigen gemeinsamen Paarerfahrungen. Abgespeichert wird vor allem das, was für die Partner und die Paarbeziehung emotional bedeutsam ist. Bei der Abspeicherung von Erfahrungen gehen also auch die emotionalen Bewertungsprozesse von Amygdala, Insula und cingulärem Cortex ein.

Es ist nochmals zu betonen, dass das Gehirn als systemisches Organ in den Körper und in die Interaktionen mit der Außenwelt eingebunden ist. Ebenso sind die einzelnen Gehirnregionen systemisch miteinander über eine rhythmisch oszillierende Aktivität im Gammaband, einer Frequenz zwischen 30 bis 90 Hz, verbunden und arbeiten so synergistisch zusammen (Singer, 2011).

Das Paar-Unbewusste in einer gelingenden Partnerschaft zeigt sich vorwiegend im nonverbalen Austausch durch:

- *Synchronizität der nonverbalen Signale*

Die nonverbalen Signale wie Gesten passen zeitlich zueinander, so dass ein synchronizierter Tanz mit einem eigenen Rhythmus entsteht. Er passt wiederum synchron zu den zwischen den Partnern verbal verhandelten Themen.

- *Korrespondenz der nonverbalen Reaktionen*

Die Reaktionen der Partner sind kontingent aufeinander bezogen, so dass sie als stimmige Antworten auf den anderen zu verstehen sind. So folgt auf eine Frage beispielsweise ein Ja, ein Nicken und eine bestätigende Geste der Hand oder aber ein Nein, ein verneinendes Kopfschütteln und eine abweisende Geste der Hand.

- *Kongruenz im nonverbalen und verbalen Repertoire des einzelnen Partners*

Die verbalen, stimmlichen, mimischen und gestischen Ausdrücke stimmen bei den einzelnen Partnern überein, so dass der Sendende sich selbst als authentisch erlebt und die Botschaft vom Empfänger als authentisch wahrgenommen wird. Korrespondiert der andere Partner in seinen Reaktionen, wird dies als Resonanz zwischen den Partnern und in den einzelnen Partnern erfahren.

- *Zielgerichtetheit der gemeinsamen Kommunikation*

Die verbalen und nonverbalen Signale bewegen die Partner in ihrem Austausch in Richtung eines Ziels und einer Entwicklung, wie zum Beispiel zu einer Vereinbarung am Ende einer Diskussion oder aber auch zu einer von beiden erlebten Enttäuschung.

Von außen betrachtet zeigt sich das relationale Unbewusste eines Paares als eine kohärente Gestalt eines Paares, das sich in einem kommunikativen Tanz befindet. Dieser Tanz entwickelt sich lebendig in immer wieder neuen Formen, in denen sich die Partner näher kommen und wieder voneinander entfernen. Für Paare ist zudem zentral, dass die nonverbalen Signale eine Gleichrangigkeit der Partner ausdrücken, indem zum Beispiel die Gesten beider Partner denselben Raum einnehmen. Strittige Paare spüren einerseits die Diskrepanz ihres nonverbalen Austausches, andererseits sind sie in der Diskrepanz nonverbal so aufeinander bezogen, dass sie sich als Opfer des anderen und der nonverbalen, automatisch-unbewusst ablaufenden Kommunikation und der zugrunde liegenden unbewussten Paardynamik erleben.

Paartherapeutische Interventionen

Das nonverbale Austauschverhalten eines Paares ist also Ausdruck seines Paar-Unbewussten in diesem Moment. Deshalb ist das nonverbale Verhalten eines Paares in der Paartherapie ein Königsweg zum Paar-Unbewussten, zu dessen Prozessen und Themen. Hier wird an einem Beispiel gezeigt, wie in der Paartherapie des Paar-Unbewussten das nonverbale Verhalten für den Zugang zum Paar-Unbewussten genutzt werden kann.

