

Paarbeziehungen

Dr. med. Ursula Davatz

www.ganglion.ch

Einleitung

Der Mensch ist ein soziales Wesen und kein Einzelwesen. Das menschliche Bindungsverhalten ist somit einer der wichtigsten Bausteine in unserem sozialen Gefüge. Es bestimmt unsere Gesellschaftsstruktur wesentlich. Ohne dieses können wir nicht überleben.

Man kann vier wichtige Beziehungs- oder Bindungsmuster unterscheiden:

1. die Mutter-Kind-Beziehung
2. die Paarbeziehung
3. die Gruppenbeziehung oder Gruppenzugehörigkeit
4. die Beziehung zu ethisch/religiösen Wertvorstellungen.

Die beiden letzten Bindungsverhalten gehören in der Regel zusammen, d.h. eine Gruppe oder ein Kollektiv teilt gleiche oder ähnliche Wertvorstellungen, was ihre Zugehörigkeit ausmacht.

Wir behandeln hier ausschliesslich die Paarbeziehung, da die anderen Bindungsverhalten jedoch immer in diese hineinspielen, werden wir auch auf diese Bezug nehmen.

Die Mutter-Kindbeziehung, die Vater-Kindbeziehung und die Mutter-Vater-Kindbeziehung

- Jeder Mensch macht seine erste Beziehungserfahrung in der Mutter-Kindbeziehung.
- In dieser Mutter-Kindbeziehung werden die Bausteine gelegt für das Bindungsverhalten allgemein, hier passiert die Prägung.
- Selbstverständlich kann diese Beziehung auch zu einer Ersatzmutter bestehen und hat damit die gleiche prägende Wirkung.
- Die Vater-Kind Beziehung kommt beim Kleinkind in der Regel erst an zweiter Stelle, rückt aber mit dem älter Werden des Kindes immer mehr in den Vordergrund und ist in der Pubertät von enormer Wichtigkeit.
- Die Vater-Mutter-Kindbeziehung spielt insofern eine sehr wichtige Rolle, da die Mutter-Kindbeziehung durch eine gute Beziehung zwischen Vater und Mutter positiv beeinflusst wird. Durch eine schlechte Beziehung zwischen Vater und Mutter hingegen wird die Mutter-Kind Beziehung gestört.

Alle diese Themen betreffen die Paarbeziehung und ihre Bedeutung, wie sich diese Konstellation auf das Kind überträgt und auswirkt.

Die Paarbeziehung im Dienste der Fortpflanzung und Brutpflege

- Die biologische Bedeutung der Paarbeziehung ist die sexuelle Fortpflanzung sowie die Brutpflege.
- Die Menschenmutter ist nicht in der Lage, die Brutpflege allein auf sich zu nehmen und gleichzeitig für die Nahrung, beziehungsweise für das Einkommen zu sorgen.
- Aus diesem Grunde sucht sich eine fortpflanzungsfähige Frau, die Mutter werden möchte, einen bindungsfähigen loyalen Ehemann, der ihr möglichst treu bleibt, also verlässlich ist für die gemeinsame Brutpflege.
- Die Frau ist von der Fortpflanzung und Brutpflege her eher monogam angelegt. Die biologischen Verantwortlichkeiten des Mannes für die Fortpflanzung hingegen ermöglichen Polygamie. Dies kann durch die materielle Besserstellung des Mannes bedingt sein. Ist er reich genug, kann es sich der Mann leisten, sich polygam zu verhalten. Ist dies nicht der Fall, so kann das gesellschaftliche – wenn die Umstände günstig sind - oder das familiäre System, wenn dieses vorhanden und dazu in der Lage ist, bei Abwesenheit des Mannes für Frau und Kinder sorgen.
- Alle Tierarten, bei denen es beide Eltern braucht für die Brutpflege, haben aus diesem Grunde zum Teil lebenslang eine enge Paarbindung, auch ohne Ehering und Traualter. Die Natur funktioniert von selbst ohne juristische oder religiöse Bindungsstrukturen. Läuft die Paarbeziehung der Eltern gut, ist die Brutpflege intakt und die Kinder gedeihen.
- Hapert es in der Paarbeziehung, wird die Brutpflege gestört und die Kinder beginnen, ob sie wollen oder nicht, Verantwortung für das Nichtfunktionieren der Paarbeziehung zu übernehmen. Sie schlüpfen zum Teil in die Rolle des Partnerersatzes gegenüber der Mutter oder gegenüber dem Vater (Inzest ist ein Beispiel dafür).
Läuft die Entwicklung ganz extrem, übernehmen die Kinder die Brutpflege für die Eltern statt umgekehrt, die Entwicklungsenergie läuft rückwärts.

Die Paarbeziehung als Mutterersatz im Sinne eines Nachholbedarfs oder als Wiederholung der Kind-Mutter oder Kind-Vaterbeziehung

- War die Mutter-Kind Beziehung nicht ausreichend, wurden die Bedürfnisse des Kindes nicht ganz gestillt, läuft dieser Mensch später Gefahr, dass er/sie als Erwachsener/Erwachsene in der Paarbeziehung diesen Mangel wettzumachen versucht im Sinne einer stellvertretenden Problemlösung.
- Bert Hellinger macht aus diesem Grunde die Aussage: „Man heiratet immer seine Mutter“.
- In der ersten Verliebtheit versucht natürlich jeder Partner, eine Art zärtliche Übermutter zu sein und erfüllt somit diese unbewusste Erwartung.
- Kehrt langsam der Alltag ein, ist der Partner nicht mehr in der Lage, diese Lücke zu füllen, so kommt es zu Enttäuschungen, Angst vor Liebesverlust, Verletztheit der Paarbeziehung, dann anschliessend meist zu Wut und aggressiver Abwehr, Streit. Der Geschlechterkampf beginnt.
- Sind die beiden Ehepartner nicht in der Lage, auch für sich selbst zu sorgen, das heisst, sich selbst Mutter zu sein, suchen sie sich möglichst schnell einen neuen Partner, der bereit ist, diese Aufgabe zu übernehmen, und es wird geschieden.
- Ein anderer Konflikt, der in der Paarbeziehung auftreten kann, besteht darin, dass man im Partner die gleichen Fehler zu entdecken glaubt wie bei der eigenen Mutter oder beim Vater und dann entsprechend heftig darauf reagiert.

- Man projiziert in diesem Augenblick die ungelösten Konflikte, die man mit den Eltern hatte, auf seinen Partner und versucht, sie dort noch zu lösen resp. nachzubessern.
- Dass der Partner dabei keine Freude hat, weil er gar nicht versteht, um was es eigentlich geht und im Grunde genommen auch gar nichts mit dieser Problematik zu tun hat, versteht sich von selbst.
- Auch kann es zu herben Enttäuschungen kommen, ja zu unlösbaren Konflikten in der Partnerschaft führen und schlussendlich zur Scheidung, wenn man nicht in der Lage ist, diese Konflikte noch zu Lebzeiten mit seinen leiblichen Eltern auszutragen und aufzuarbeiten.

Paarbeziehung als narzisstische Selbstbestätigung

- Wird eine Paarbeziehung nicht an erster Stelle zur Fortpflanzung und Brutpflege eingegangen, braucht auch die Frau nicht mehr monogam zu sein, auch sie kann sich polygam verhalten. Mit den modernen Antikonzeptionsmittel ist heutzutage auch für die Frau eine Paarbeziehung möglich, die nur auf eigene Selbstbestätigung ausgerichtet ist.
Als Frau fühlt man sich in seinem Frausein bestätigt und wertgeschätzt, wenn man einen oder mehrere Männer anziehen und verführen kann.
- Als Mann fühlt man sich selbst bestätigt, wenn man möglichst viele Frauen verführen kann, das berühmte Beispiel des Macho oder Don Juans.
- Fühlt man sich als Frau nicht mehr begehrt von einem Mann, so leidet das Selbstwertgefühl. Aus dieser Haltung heraus macht man allerhand Zugeständnisse und Anpassungen, nur um einen Mann an seiner Seite zu haben, selbst wenn dieser gar nicht zu einem passt.
- Kann man als Mann keine Frau erobern, zweifelt Mann an seiner Männlichkeit und fühlt sich entsprechend minderwertig. Das grosse Geschäft mit Viagra deutet auch auf diesen Mechanismus hin.

Die Paarbeziehung als Ergänzung und Vervollständigung des eigenen Ich, als ewiger Wachstumsprozess

- Die Paarbeziehung kann auch ein Ort des Lernens und Kennenlernens des anderen Geschlechts, der anderen Person, des Gegenübers sein.
- Durch den engen, stetigen intimen Austausch mit seinem Gegenüber lernt man auch sich selbst besser kennen, man wächst gegenseitig aneinander, was ein wunderschönes menschliches Erlebnis ist.
- Die Vertrautheit, die zwischen zwei Menschen entsteht, wenn sie über längere Zeit eng zusammen sind in einer Paarbeziehung, ist etwas vom wertvollsten und kostbarsten und kann durch nichts ersetzt werden, durch keinen Film, kein Buch, kein Kunsterlebnis und keinen beruflichen Erfolg.
- Eine solche persönliche Vertrautheit in der Paarbeziehung einhergehend mit dem gegenseitigen Vertrauen bietet dann wieder den entsprechenden Nährboden, das vertraute Nest für das Aufziehen der Kinder, sodass diese ihr eigenes Urvertrauen entwickeln können.

Paarbeziehungen in der heutigen Zeit, was sind die typischen Merkmale?

- Die heutige Paarbeziehung zwischen Mann und Frau ist in unseren Breiten-graden in der Regel demokratisch, d.h. eine gleichberechtigte Partnerschaft und nicht mehr nach dem Modell der Bibel: „die Frau sei dem Manne untertan“, also einer hierarchischen Paarbeziehung.

- Dies soll jedoch nicht heissen, dass Mann und Frau gleich sind und sich gleich verhalten müssen, sind sie doch verschieden im Denken, Fühlen und Handeln (Siehe: Frauen sind anders, Männer auch)
- Die Doppelbelastung der Frau als Mutter und Ehefrau und Berufsfrau und die hohen Anforderungen im Berufsleben für Mann und Frau bringt mit sich, dass für die Pflege der Paarbeziehung oft nicht mehr viel Zeit und Energie übrig bleibt.
- Ausserdem fühlt sich die Frau nicht mehr allein für die Beziehungspflege zuständig, wie dies früher häufig der Fall war. Auch sie möchte in der Beziehung gepflegt werden und hat entsprechende Erwartungen an den Partner. Vom Mann wird also mehr gefordert punkto Beziehungspflege als früher.
- Dies kann beim Mann zur Überforderung und bei der Frau zu Enttäuschungen führen.
- Auf der Leinwand im Kino werden viele romantische Paarbeziehungen vorgespielt, ohne die Sorgen und Nöte des Alltags, denn das lässt sich besser vermarkten, resp. ist leichter verdaulich als die Realität.
- Die jungen Männer und Frauen können somit der falschen Hoffnung verfallen, es müsse im täglichen Leben auch so sein.
- All dies hat sicher zur Folge, dass Paarbeziehungen zwar schnell geknüpft, aber auch schnell wieder aufgelöst werden.
- Die Paarbeziehung ist teilweise zu einem Konsumgut geworden, das entsorgt werden kann, wenn es einem nicht mehr dient. Dies zeigt sich an der Tatsache, dass jede dritte Ehe geschieden wird.

Schlussbemerkung:

Eine gut gehende Paarbeziehung braucht Zeit, Geduld, Vertrauen und Lernbereitschaft. Man muss lebenslänglich in sie investieren. Sie ist nicht wie ein Vertrag, der, wenn er einmal geschlossen ist, lebenslänglich funktioniert. Sie besteht aus einem lebendigen Ungleichgewicht, dessen Balance immer wieder hergestellt, beziehungsweise gefunden werden muss. Es lohnt sich jedoch in diese Zweisamkeit zu investieren, ein kostbarer, ja unbezahlbarer menschlicher Schatz.