

Über die Liebe und Liebesfähigkeit aus psychoanalytischer Perspektive

Nestor D. Kapusta

Associate Professor, Department of Psychoanalysis and Psychotherapy, Medical

University of Vienna, Austria

Waehringer Guertel 18-20, 1090 Vienna, Austria, nestor.kapusta@meduniwien.ac.at, Tel.

+43 1 40400 30710

Ich bedanke mich herzlich bei Frau Dr. Immel und Dr. Flury und für die Einladung hier an die wunderschöne Klink Schützen. Ich muss zugeben, es fiel mich nicht schwer zuzusagen einen Vortrag zu halten, denn was gäbe es lustvolleres als über Liebe nachzudenken und darüber sprechen zu können?

Es mag wohl keinen Zweifel darüber geben, dass Liebe ubiquitär ist, sie scheint in allen Kulturen vorzukommen, sie wird in den ältesten Schriftstücken wie dem Gilgamesh Epos besungen und ist auch zum bestimmenden Leitmotiv der abendländischen Philosophie geworden. Die Liebe zur Weisheit und Suche nach Erkenntnis geht schließlich auch im Bildungsideal von heute auf, oder einfach ausgedrückt, in der Lust *am* oder der Verdammung *zum* lebenslangen Lernen. Der Imperativ zur regelmäßigen Fortbildung, zum Wissenserwerb, geht auf diese Liebe zur Erkenntnis zurück, und zur Erkenntnis ist eine gewisse Beharrlichkeit nötig, etwa einen Weg auf sich zu nehmen, zusammen zu kommen, einen Tag lang nachzudenken, abzuwägen, und sich des finalen Urteils bis zum Ende des Tages zu enthalten - und in dieser Zeit vielen anderen üblichen Tätigkeiten und lieben Menschen zu entsagen.

Die Liebe versteckt sich auch in den einfachsten Floskeln wie im „Ich wünsche Ihnen heute viel Freude bei dieser Tagung!“, oder „Genießen Sie den heutigen Tag!“, in denen letztlich suggeriert wird, dass die Möglichkeit zur Erkenntnis an sich Freude und Genuss mit sich bringen kann. Insofern, bleibt nur noch die Frage: stoßen die hier angebotenen Objekte der Erkenntnis auf ihren Genuss, ihre Freude, ihre Liebe, und fordern sie ihre Liebesfähigkeit?

Beginnen wir etwas trockener. Der Soziologe Luhmann (1982) definiert die Liebe als ein symbolisch generalisiertes Kommunikationsmedium, welches verschiedene Modi sozialer Intimität kodiert, etwa die idealisierende Liebe, die paradoxe Liebe oder die selbstreferenzielle Liebe. Über die ich hier jedoch nicht im Detail sprechen möchte.

Symbolisch nennt er sie deshalb, weil Liebe als Gefühl sprachlich nicht so einfach fassbar ist, generalisiert, weil sie überall auftaucht, und kommunikativ, weil sie Bezüge zwischen Menschen beschreibt. Liebe ist somit ein Bezug. Ein Bezug auf Etwas, ein Bezug auf Jemanden. Sie hat ein Ziel (eigentlich sind es viele Ziele): die Verbindung, die Erkenntnis, die Ganzwerdung, die Heilung, die Aufhebung von Einsamkeit, das Glück, die Vollendung, das Ankommen, die Lust, den Genuss... sie könnten hier endlos weitermachen. Die Liebe hat in ihrer Pluralität ein wahrlich schweres Leben, und dann sie steht noch als Gegengewicht da, als Gegengewicht zum Mangel, dem Unheil, dem Bösen, Zerstrittenen, Verlorenen, Entzweiten (auch hier ließe sich die Liste beliebig fortsetzen).

Platon lässt in seinem Symposion beim Gastmahl im Hause Agathons die Gäste sprechen, die sich zur abendlichen Unterhaltung neben moderatem Weinkonsum und guten Speisen, darauf verständigen, jeweils eine Lobrede an den Eros zu halten. Aristophanes spricht in seiner Rede, über die einstige Existenz von Kugelmenschen, mit vier Armen, vier Beinen und drei Geschlechtern, die, weil sie in ihrem Übermut den Olymp erklimmen wollten, was ja nur Göttern vorbehalten war, von Zeus zur Strafe entzweit wurden, sodass die beiden Kugelmenschenhälften sich von da an, nach Wiedervereinigung sehnten. Sie entwickelten ein Begehren wieder Eins zu sein. Diese Suche nach der anderen, vielleicht besseren Hälfte, stellt ein Urmotiv des Menschen dar, welches seine kulturelle Ausprägung des Findens und Bindens in der Ehe und dem Eheversprechen oder dem Ehevertrag hat. Wer die andere Hälfte auf richtige Passung untersuchen möchte, lässt sich mindestens sieben Jahre Zeit.

Freud greift diesen Gedanken der drängenden Sehnsucht nach Wiedervereinigung auf und postuliert analog, dass alles Finden eigentlich ein Wiederfinden ist oder genauer: „Die Objektfindung ist eigentlich eine Wiederfindung“. Er bezieht das Wiederfinden jedoch nicht auf die Kugelmenschen, sondern auf die Mutter, denn wie er schreibt: „Nicht ohne guten Grund ist das Saugen des Kindes an der Brust der Mutter vorbildlich für jede Liebesbeziehung geworden.“ (Freud, 1905, S. 123). Man könnte natürlich auch hier spekulieren, ob

die Schwangere, nicht auch ein bisschen Kugelmensch ist, und die Geburt, nicht mindestens der Erklommung des Olymps entspricht.

Wenn wir von der „Liebe“ sprechen, sprechen wir über sehr vieles, kaum ein Begriff ist so vieldeutig, wie jener der Liebe. Es macht einen Unterschied ob man Liebe gibt oder Liebe bekommt, aber auch, von welcher Form der Liebe man spricht. Während Liebe zu empfangen etwas Wohltuendes ist, hängt einem bloßen Liebesverlangen etwas Untugendhaftes an. Viel interessanter ist die Frage wie man seine Liebesfähigkeit entwickelt, um Liebe geben zu können.

Auch Erich Fromm sieht Liebe als einen Weg, der Einsamkeit zu entfliehen. Ihm nach, muss Liebe jedoch, wie jede andere Kunst, gelernt werden. Sie ist vielmehr eine Aktivität als nur ein Affekt (Fromm, 2010, S.42). In gewisser Weise ist Liebe, eine Fähigkeit die entwickelt wird, nicht etwas das sich bloß einstellt, wenn das „richtige“ ideale Liebesobjekt erscheint. Zu dieser idealisierenden Liebe, dem „sich Verlieben“, wird später noch mehr zu sagen sein.

Ich beziehe mich hier daher auf die Liebesfähigkeit, die sich aus dem zutiefst angeborenen menschlichen Begehren nach Wiedervereinigung und Befriedigung ableitet, nicht weniger jedoch, aus den Schicksalen und Irrwegen dieses Begehrens.

Denn letztlich bestimmt der Umgang mit den Widerständen, die einem, vom sich entziehenden Liebesobjekt entgegengebracht werden, die menschliche Fähigkeit zu Lieben.

Nicht die Befriedigung selbst ist Liebe, sondern die Erhaltung einer Fähigkeit zu Lieben gerade wenn die Befriedigung ausbleibt. Nicht die Abwesenheit vom Unbefriedigtsein, sondern das Aushalten der dialektischen Spannung, zwischen Befriedigung und Nichtbefriedigung ist Liebesfähigkeit. Hegel beschrieb diese Liebestätigkeit, in einem seiner frühen Werke, den Entwürfen über Religion und Liebe, als eine Überwindung der Entzweiung: „[...] denn die Liebe ist stärker als die Furcht; sie fürchtet ihre Furcht nicht, aber von ihr begleitet hebt sie Trennungen auf [...]“ (Hegel 1797, S. 239). Diese Integrationsleistung von Gegensätzen, trotz Furcht und Kränkung nach Überwindung zu trachten, zunächst dranzubleiben, auch wenn sich noch

keine Einigung abzeichnet, zu Begehren aber nicht Besitzen zu wollen, zuzuhören auch wenn man noch nicht versteht, stellt nicht nur einen wesentlichen Aspekt des deutschen Idealismus und christlicher Ideale dar, sondern findet sich auch im psychoanalytischen Modell der Entstehung der Liebesfähigkeit wieder das ich Ihnen näher bringen möchte.

Klein: Überlegungen zu den ersten Entwicklungsbedingungen der kindlichen Psyche

In welcher Form Liebe auch immer konzeptualisiert wird, bleibt es genauer zu beleuchten, welche Bedingungen nötig sind, um Liebesfähigkeit zu entwickeln. Die psychoanalytische Objektbeziehungstheorie bildet hierfür ein nützliches Rahmenwerk, in dem die ersten Regungen der Liebesfähigkeit am Modell der frühen Mutter-Kind-Beziehung untersucht werden.

Eine Pionierin der psychoanalytischen Entwicklungspsychologie und Objektbeziehungstheorie, Melanie Klein, formuliert die Anfänge der Liebesfähigkeit folgendermaßen:

„Das erste Liebes- und Hassobjekt des Säuglings - seine Mutter - wird mit der ganzen Intensität und Kraft, die für frühkindliche Triebe typisch sind, begehrt und gehasst. Zu allererst liebt das Kind die Mutter; sie befriedigt sein Nahrungsbedürfnis, stillt sein Hungergefühl und verschafft ihm die Lust, die es erfährt, wenn sein Mund durch das Saugen an der Brust gereizt wird. [...] Wenn aber das Baby hungrig ist und seine Begierden nicht gestillt werden, wenn ihm etwas weh tut oder es sich unwohl fühlt, so ändert sich plötzlich die ganze Situation. Haß und aggressive Gefühle kommen auf; das Kind wird von der Triebregung beherrscht, eben jene Person zu zerstören, die das Objekt all seiner Begierden und in seiner Seele mit allem, was es erlebt - Gutem wie Bösem - verknüpft ist.“ (Klein, 1937, S.74)

„Das mit der Befriedigung erworbene vorübergehende Gefühl der Sicherheit steigert die Befriedigung noch; daher kommt es, daß bei jeder empfangenen Liebe das Sicherheitsgefühl eine starke Komponente der Befriedigung bildet. Das gilt ebenso für den Säugling, wie für den

Erwachsenen, für einfachere Formen der Liebe wie für ihre kompliziertesten Offenbarungen. Weil die Mutter die erste ist, die alle unsere Selbsterhaltungsbedürfnisse und sinnlichen Begierden befriedigt und uns Sicherheit gibt, spielt sie in unserem Seelenleben eine bleibende Rolle ...“ (Klein, 1937, S.75)

„Der Säugling, für den die Mutter primär nur ein Objekt ist, das alle seine Begierden stillt - eine gute Brust sozusagen - , beginnt sehr bald auf diese Lustbefriedigungen und die Pflege der Mutter zu reagieren, indem er Gefühle von Liebe entwickelt, die ihr als Person gelten. Doch schon an ihren Wurzeln wird die erste Liebe von destruktiven Regungen gestört. Liebe und Haß liegen in der kindlichen Seele im Widerstreit.“ (Klein, 1937, S. 75f)

Gefühle und Triebregungen des Säuglings sind von Phantasien begleitet, die teils den Charakter von Wunschvorstellungen annehmen. So kann der Säugling nicht nur die Befriedigung seiner Bedürfnisse phantasieren, sondern auch deren Versagung, mit allen dazugehörigen Haßgefühlen und destruktiven Phantasien. Letztere können bis hin zu Zerstörungsphantasien reichen, mit dem Gefühl das Objekt tatsächlich zerstört zu haben. (Paraphrasiert) (Klein, 1937, S. 77f).

„Das Kind mobilisiert gegen diese Befürchtung den Beistand omnipotenter Wiederherstellungsphantasien [...] Hat der Säugling die Mutter in seinen aggressiven Phantasien zerbissen und zerrissen, so dürfte er bald darauf Phantasien entwickeln, in denen er die einzelnen Stückchen wieder zusammensetzt und die Mutter wieder herstellt.“ (Klein, 1937, S. 78)

Schuldgefühle und Wiedergutmachtungswünsche treten dann auf, wenn aggressive Regungen gegen ein geliebtes Objekt auftreten und sich die Angst einstellt das geliebte Objekt durch die aggressiven Phantasien oder Handlungen verlieren zu können (Klein, 1937, S.82ff).

„Zu der Liebesempfindung treten nun Schuld- und Elendsgefühle als neues Element hinzu. Sie werden zu einem Bestandteil der Liebe, die sie nach Qualität und Quantität durchgreifend beeinflussen.“ (Klein, 1937, S. 83f)

„Auch die sehr wichtige Rolle, die der Vater im Gefühlsleben des Kindes spielt, beeinflusst alle späteren Liebesbeziehungen und menschlichen Bindungen. Soweit der Vater als Lust gewährende, freundliche und schützende Figur empfunden wird, ist die frühkindliche Beziehung zu ihm teilweise dem Modell der Mutterbeziehung nachempfunden.“ (Klein, 1937, S.75)

Die positiven Erfahrungen mit der Brust der Mutter, führen zu einer Repräsentation eines inneren Objektes einer „guten Brust“, während die negativen Erfahrungen von Hunger und Not mit der abwesenden Brust, zu einer inneren Repräsentation einer „bösen Brust“ führt.

Die böse Brust wird zugleich von aggressiven Gefühlen gegen sie begleitet, welche dann Verfolgungängste auslösen, dass sich die böse Brust rächen könnte, ein Zustand den Melanie Klein (1960) als „paranoid schizoide Position“ bezeichnet hat.

Wenn in einer Phase des paranoiden Verfolgtseins, Aggression und Angst sich steigern, entstehen Phantasien verfolgender Objekte, und stören die Fähigkeit, positive Objektrepräsentanzen in sich zu behalten (ein Umstand der allgemein bekannt ist wenn es in Angesicht großer Wut auf jemanden nicht mehr möglich ist, positive Aspekte des anderen noch anzuerkennen und die Person nur mehr gänzlich als schlecht erlebt wird, ein Prozess der als Spaltung bezeichnet wird).

Liebesfähigkeit beinhaltet die Fähigkeit, unter dem Einfluss eigener aggressiver Tendenzen und verfolgender böser Objekte, ein positives Bild vom Anderen erhalten zu können. Die Fähigkeit solche ambivalenten Gefühle zu tolerieren, ist eine Konsequenz entsprechender Erfahrungen, in denen der Erwartung einer bösen Reaktion eines Objektes (ein Vorgang den wir Projektion nennen), eine unerwartete positive Reaktion entgegengesetzt wurde. Da aggressive Gefühle gegen ein sich als gut herausstellendes Objekt zu Schuldgefühlen führen, entstehen in Folge reparative Bemühungen, die für eine intakte Fähigkeit zur Realitätsprüfung und Empathie sprechen.

Induziert durch die unvermeidbaren wiederholten Erfahrungen von Frustration und Trennung vom Liebesobjekt, entwickelt das Kind

omnipotente Phantasien einer totalen Inkorporation des Liebesobjektes. Dies ist ein Wunschenken, welches ihm erlaubt, die verlorene Einheit zeitweise, durch magisches Denken zu überbrücken.

Edith Jacobson (1954a) suggeriert, dass dieses Verlangen niemals aufhört eine wesentliche Rolle in unserem emotionalen Leben zu spielen. Sogar die äußerste lustvolle Erfahrung einer körperlichen Verschmelzung im Sexualakt, kann Elemente jener Lust enthalten, die sich aus dem Gefühl einer wiedergewonnenen Einheit mit der Mutter ableiten. Sodass die frühesten Wunschphantasien mit der Mutter zu verschmelzen, und Eins mit ihr zu sein, die Grundlage aller späteren Identifikationen mit realen Objekten darstellen (Jacobson, 1954a).

Freud: Liebe, Verlust und Trauer

Die Libido, als der drängende Trieb nach Befriedigung, das Begehren des Anderen, ist eine Quelle von Lust aber auch potentiell eine Quelle des Leids. Ischtar, die sumerische Muttergöttin, oder auch Göttin der Liebe und des Geschlechtslebens, deren Liebesbekundungen gegenüber Gilgamesch von diesem geschmäht wurden (Ungnad, 1911, S.107), wird auch als kriegerische und eroberungssüchtige Gottheit verstanden. Ihre Rache war gefürchtet.

Es ist bekannt, dass Kränkungen durch Liebesobjekte zu den größten menschlichen Frustrationen zählen und für unzählige reale Dramen und fiktive Erzählungen gesorgt haben.

Die Wahl des Liebesobjektes geht nach Freud nach dem Anlehnungstypus und nach dem narzisstischen Typus vorstatten (1905, S.123, Fußnote; 1914).

In *Trauer und Melancholie* (1917) formuliert Freud unter anderem eine Theorie jener innerpsychischen Vorgänge, die mit dem Verlust eines Liebesobjektes einhergehen und legt damit einen wesentlichen Baustein der psychoanalytischen Objektbeziehungstheorie vor, in denen reale Objekte und innere Repräsentanzen unterschieden werden, die in Bezug zueinander ihre lebendige Psychodynamik entfalten. Mit dieser inneren Welt der Wechselbeziehungen zwischen Objektrepräsentanzen und Teilen des Selbst, konstituiert sich zugleich das Verständnis für eine

psychische Struktur, deren Gesamtkonstellation für den Charakter und deren architektonische Schiefelage für Persönlichkeitsstörungen steht. Wie der *schiefe Turm von Pisa* beim Beobachter in der Gegenübertragung ein Gefühl staunenden Unbehagens oder eines drohenden Zusammenbruchs auslöst, den es zu verhindern gilt, so wirkt die Persönlichkeit des Liebenden auf das Liebesobjekt und weckt dort komplementäre Reaktionen, deren reale Umsetzung zur Aufrichtung der Ich-Struktur des Betroffenen dienen soll. Freud unterschied zwei Typen der Objektwahl; den Anlehnungstypus, wo das Liebesobjekt tun soll was man begehrt, und den narzisstischen Typus, wo das Objekt verkürzt gesagt, sein soll, wie man es will.

In Weiterentwicklung der Theorie von Freud, formulierte Fairbairn (2001), dass das Ich sich Objekte in einer Weise einverleibt, in dem es die korrespondierenden (erregten oder frustrierten) Selbstanteile zunächst abspaltet. Diese verdichten sich hin zu einer psychischen Struktur, die nun aus positiven und negativen Selbst- und Objektanteilen besteht. Die Erfahrungen von schlechten Objekten mit den korrespondierenden aggressiven Affekten und somit frustrierten Selbstanteilen bilden ein Gedächtnis welches größtenteils unbewusst bleibt, im Sinne eines aggressiven Reservoirs, welches wachgerufen werden kann, wenn im Äußeren ein erneutes frustrierendes Objekt auftritt. Auf der anderen Seite formieren sich Erfahrungen von guten Objekten mit den korrespondierenden erregten und lustvollen Affekten und positiven Selbstanteilen ebenso zu einem liebenden Reservoir im Gedächtnis, das in angenehmen Situationen gegenüber einem Objekt, welches dann als Liebesobjekt identifiziert wird, reaktiviert werden kann. Auf diese Weise, wird eine Person fähig, mit beiden Tendenzen in Beziehungen zu reagieren (Jacobson, 1954).

Die Bindung der Libido an ein Liebesobjekt bedingt, dass eine reale Kränkung oder Enttäuschung durch die geliebte Person eine Erschütterung dieser Objektbeziehung mit sich bringt (Freud, 1917, S. 435). Jene Kräfte die den Turm von Pisa aufrecht erhalten sollen, werden gleichsam entzogen. Eine Erschütterung führt in der Regel zu einem Abzug der Libido von einem Liebesobjekt und zu einer Verschiebung der Libido hin auf ein anderes.

Nicht so bei der Melancholie, wie Freud (1917, S. 435) beschreibt. Dort führt eine Erschütterung dazu, dass die Libido vom Liebesobjekt abgezogen und ins Ich zurückgezogen wird und dort zur Identifikation mit dem verlorenen Objekt dient. Es kommt also zu einer vorübergehenden Aufhebung der Realitätsprüfung, in der die Libido am Objekt festhält, allerdings nicht mehr am realen äußeren Objekt, sondern nur mehr an der inneren Repräsentanz des Objektes. Es erklärt, warum Trauerarbeit schmerzhaft ist, weil die Rache nun nicht am realen Objekt sondern am Ich geübt wird. Der Schmerz ist ein Ausdruck der Trauerarbeit, welche langsam die libidinöse Besetzung des Objektes auflöst, sodass die Erfahrung der Enttäuschung die in den Worten liegt „Es ist nicht wie ich gehofft habe, ich dachte es würde ewig währen“, zugleich ein Abschied von Resten einer Omnipotenz ist, die uns glauben machte, ein Objekt für immer in sich aufgenommen zu haben, ein reales Objekt gänzlich in Besitz genommen zu haben.

„In den zwei entgegengesetzten Situationen der äußersten Verliebtheit und des Selbstmordes wird das Ich, wenn auch auf gänzlich verschiedenen Wegen, vom Objekt überwältigt.“ (Freud, 1917, GW, S.438)

Freud beschrieb diesen Vorgang des Verlusts des Liebesobjektes auch so: „Der Schatten des Objekts fiel so auf das Ich, welches nun von einer besonderen Instanz wie ein Objekt, wie das verlassene Objekt, beurteilt werden konnte. Auf diese Weise hatte sich der Objektverlust in einen Ichverlust verwandelt, der Konflikt zwischen dem Ich und der geliebten Person in einen Zwiespalt zwischen der Ichkritik und dem durch Identifizierung veränderten Ich.“ (Freud, 1917, S. 435). Mit der Beendigung der Trauerarbeit, so Freud, ist das Ich ein Stück verändert, es beinhaltet nun die Erfahrung, sozusagen, den anderen besessen und verloren zu haben.

Der Abzug der Libido vom Liebesobjekt geht nur langsam von statten und wird durch eine Trauerarbeit bewerkstelligt, die durch beständige Realitätsprüfung den (halluzinatorischen) Wunsch nach Erhalt des Objektes und Konfrontation mit dessen realen Verlust in kleinen Schritten löst. Jeder Erinnerung und jeder Erwartung an das Objekt wird durch die Realitätsprüfung ihre libidinöse Besetzung des Liebesobjektes schmerzhaft entzogen und das Ich hat nun die Möglichkeit

zu wählen, mit dem Objekt zu sterben oder aufgrund der sonstigen positiven Erfahrungen sich für das Leben zu entscheiden (Freud, 1917, S. 429).

Die Idealisierung des Liebesobjektes stellt einen weiteren primitiven Prozess dar, der reale oder wünschenswerte Aspekte des Anderen glorifiziert, „Die Idealisierung ist ein Vorgang mit dem Objekt, durch welchen dieses ohne Änderung seiner Natur vergrößert und psychisch erhöht wird.“ (Freud, Zur Einführung 1914, S.161) Die Phantasie ein solches glorifiziertes Objekt zu besitzen oder ihm nahe zu sein ist dazu geeignet, die eigene innere Grandiosität zu nähren. Da die Identifizierung mit Objekten und deren partielle Einverleibung in unser Selbst einen normalen Prozess darstellen (wie das Zuhören jetzt), ist eine Idealisierung zugleich immer auch eine Idealisierung des Selbst. Aus ihr entspringen omnipotente Phantasien, da das reale Objekt, durch die Einverleibung, zu einem verzerrten, phantastischen inneren Objekt geworden ist. Da Phantasien, der Kraft der Imagination unterliegen, können sie nach Belieben manipuliert werden, und so den Eindruck erwecken, omnipotente Kontrolle und Macht über das Objekt zu haben.

Kernberg: Komponenten der Liebesfähigkeit und Integrationsfähigkeit

Die Entwicklung der Liebesfähigkeit ist an diese frühe Fähigkeit gebunden, reale Objekte zu inkorporieren und innere Repräsentanzen von diesen zu bilden. Hier spielen auch die korrespondierenden Selbst-Repräsentanzen eine wichtige Rolle, da sie erst eine Repräsentanz höherer Ordnung, wie des Selbst-in-Beziehung-zum-Objekt-sein ermöglichen, einer komplexeren mentalen Fähigkeit zur Reflexion interpersonellen Geschehens. Diese Entwicklung ist an psychische Funktionen wie die Fähigkeit zur Vergebung, Dankbarkeit, und reife Abhängigkeit gebunden. Später kommt die Fähigkeit zur sexuellen Leidenschaft hinzu, die eng mit der Überwindung von Kontrollverlustängsten und dem Aufbau grundlegenden Vertrauens verknüpft ist. Genauso wichtig für die Entwicklung der Liebesfähigkeit ist jedoch auch die Fähigkeit zur Wahrnehmung und zum Ausdruck von Ärger und Aggression, die eine Grenzsetzung ermöglicht, und mit

reifer Individuation einhergeht. Das Verständnis für die Entstehung und die Wirkungen eigener Aggression auf andere, insbesondere geliebte Personen, ermöglicht erst, Demut üben zu können und so Aggressionen bewußt zu kontrollieren (interessant auch das der Ausdruck Demut üben üblich ist) und liefert einen für die Vergebung wesentlichen Teilaspekt, nämlich den, durch die Identifikation mit dem Anderen anzuerkennen, dass gegen einen gerichtete Aggressionen auf einer Frustration beruhen, die auf diese Weise beim anderen einfühlbar wird.

Fairbairn (1944) formulierte, dass die Schwierigkeiten eines Kindes Gefühle auszudrücken, sowohl libidinöse wie auch aggressive, sich aus der Erfahrung ableitet, von Eltern abgelehnt worden zu sein. Liebe, die in ein emotionales Vakuum mündet, führt zu einer Demütigung durch Nicht-Erwidern und zur der Scham, Bedürfnisse offenbart zu haben, die kleingeredet oder nicht anerkannt werden. Die Intensität der Bedürfnisse hinterlässt beim Kind zudem das Gefühl „zu viel zu verlangen“, zu viel zu wollen. (Steinberg, 2010). Und da dies eine tiefe Angst vor der eigenen Liebesbedürftigkeit hinterlässt, lernen diese Menschen emotionale Probleme in intellektueller Art und Weise zu behandeln, in ihrer eigenen gegen fremde Einflüsse abgeschlossenen inneren Welt abzuhandeln (Fairbairn, 1944).

Der reifen Liebesfähigkeit ist somit nach Kernberg (2011) inhärent, dass sie die Fähigkeit beinhaltet, aggressive Tendenzen und Frustration zu überwinden, in Form und Demut und Selbst-Containment oder wenn Kränkungen bereits passiert sind, in Form von Wiedergutmachung und Vergebung (Kernberg, 2011). Eine Grundbedingung einer reifen Liebesfähigkeit ist die Anerkennung eigener aggressiver und leidenschaftlich-besitzergreifender Tendenzen, die zum Ziel haben, das Liebesobjekt unter Kontrolle zu halten. In diesem Zusammenhang ist die Fähigkeit Verluste zu akzeptieren von großer Bedeutung. In der Reziprozität einer Liebesbeziehung ist es erwartbar, dass Liebe und Hingabe im gleichen Ausmaß beantwortet werden. Wenn jedoch ein Partner nicht in der Lage ist die Liebe zu erwidern, bleibt letztlich nur der Weg dies zu akzeptieren, sodass ein Trauerprozess einsetzen kann, den es durchzuarbeiten und zu tolerieren gilt. Kernberg (2011) beschreibt dies als eine Fähigkeit zur Exploration der Schwierigkeiten in der

Beziehung, ohne Schuld zuzuschreiben, auch wenn man verletzt oder vom anderen vernachlässigt wurde.

Schon die tägliche Realität, mit all ihren repetitiven und zu erledigenden Aufgaben, die frustrierenden Charakter haben können, wirkt einer vollständigen Anerkennung einer liebenden Beziehung entgegen, sodass der ganze Wert, die Bedeutung und die potentiellen Implikationen der gemeinsam verbrachten Momente mit dem Liebespartner häufig erst nach einer Trennung, retrospektiv sozusagen, in ihrem Wert anerkannt werden können (Kernberg, 2010). Nicht selten kann man das volle Ausmaß der Bedeutung des Anderen erst erkennen, wenn er oder sie unwiderruflich verloren gegangen ist.

„Identifikation ist Ausdruck eines Verliebtseins“ (Freud 1915, Briefe an Ferenczi)

But in both cases the identification is an expression of being in love.

„ [...] Geliebtwerden das Ziel und die Befriedigung bei narzißtischer Objektwahl darstellt.“ (Freud, zur Einführung des Narz, 1914, S.165)

Am „Beispiel einer zufriedenstellenden und festen Liebesbeziehung zwischen einem Mann und einer Frau [...] wie wir sie etwa in einer glücklichen Ehe antreffen“ beschreibt Klein (1937, S.87) die Bedingungen der Liebesfähigkeit ähnlich. „Eine solche Beziehung setzt eine tiefe Bindung voraus, beiderseitige Opferbereitschaft und die Fähigkeit Freud und Leid, allgemeine Interessen und sexuelle Lust miteinander zu teilen.“ (Klein, 1937, S.87)

Im Zuge der individuellen Entwicklung, wird der Mensch fähiger, seine Ambivalenz zu tolerieren, seine Liebes- und Hassgefühle zu erkennen und damit seine Abhängigkeit von äußeren Objekten anzuerkennen. Dieser Prozess kann sich entwickeln, wenn das Kind eine Unterstützende Umgebung hatte und die Mutter in der Lage war, die kindlichen Projektionen innerer Repräsentationen (Liebe und Hass, Abhängigkeit und Trennung) auszuhalten, und die innere Not des Kindes in solchen Situationen intuitiv zu verstehen und auszuhalten (Joseph, 1987).

Nach der kurzen Übersicht zur Entwicklung der Liebesfähigkeit und den Schicksalen des Begehrens nach Wiedervereinigung, von den primitiven omnipotenten Phantasien das Objekt besitzen zu wollen, bis hin zur reifen Liebesfähigkeit in der ambivalenten Verwobenheit von Liebe und Hass, wird verständlich, wie eine psychoanalytische Behandlung Einfluss auf die Liebesfähigkeit nehmen kann. Denn alles, was in einer psychoanalytischen Behandlung an Übertragung auftritt, gibt letztlich Auskunft über das Liebes- oder Hassobjekt auf dessen innere Repräsentanz der Patient bezogen ist.

Die Projektionen dieser Eigenschaften auf den Analytiker lösen eine Dynamik im Behandlungsraum aus, denen der Analytiker machtvoll ausgesetzt wird. Die Aufgabe ist nun, diese Dynamik in der Übertragung zu deuten, das Geschehen zwischen Analysand und Analytiker zu untersuchen, sowohl in Bezug auf frühere Erlebnisse zu setzen, um das Narrativ vom eigenen Leben und die eigene Identität kohärent entwickeln zu können, vor allem aber ist die Übertragung im Hinblick auf die gegenwärtige Situation mit dem Analytiker zu untersuchen. Welches Verhalten des Analytikers löst welche Übertragung aus? Welche Worte tragen zur Trennung oder dem Gefühl des Verstanden-Seins bei? Was macht traurig, was erfreut? Was kränkt das Begehren des Patienten, was weckt es? Die auf diese Weise stattfindende zyklische Durcharbeitung der emotionalen Welt, ermöglicht es nicht die Liebesfähigkeit selbst, sondern ihre basalen Komponenten in der Übertragung zu verstehen und entwickeln.

Es ist letztlich die Deutung der Wünsche und Absichten des Patienten, die offene Benennung der Dynamik in der therapeutischen Dyade, die es ermöglicht, ähnlich wie vorhin erwähnt, nicht nur unbewusste Erwartungen an das Objekt zu erkennen, sondern auch korrektive Erfahrungen zu machen, etwa dann, wenn anstatt einer erwarteten bösen Reaktion des Objektes, jemand angetroffen wird, der verstehen möchte, wie es zur negativen Übertragung kommt.

Bisweilen wird die Nichtbefriedigung der Wünsche des Patienten durch den Analytiker vom Patienten als frustrierend erlebt. Diese unweigerlichen Frustrationen (Stundenende, Pausen, keine Enthüllung persönlicher Meinungen oder des Privatlebens des Analytikers, uvm.)

bedürfen ebenso einer Analyse, im Sinne einer Akzeptanz und Trauerarbeit über die Getrenntheit zwischen Analytiker und Patient. Schließlich wird durch die Deutung der Bedürfnisse wie auch aggressiver Impulse gegen den Analytiker ermöglicht, einen Raum zu schaffen in dem diese in ihrer Entstehung verstanden und mitgeteilt werden können ebenso wie Gefühle der Sicherheit und des verstanden seins gewürdigt werden können. Letztlich können die von Kernberg (2011) beschriebenen Komponenten der Liebesfähigkeit wie das Interesse für den Lebensplan des Anderen, Grundlegendes Vertrauen, die Fähigkeit zur echten Vergebung geweckt werden, aber auch Demut und Dankbarkeit, oder reife Abhängigkeit erlebt werden, ebenso wie die Wirkungen von Verlusten, Eifersucht und Grenzsetzungen in der Dyade untersucht werden. Schließlich spielt Trauerarbeit in der analytischen Behandlung eine inhärente Rolle, da die auf Verschmelzungswünsche folgende Differenz zwischen Analytiker und Analysand ständig aufs Neue manifest wird, und dies einer realisierenden Durcharbeitung bedarf.

Die Entwicklung und die Pflege der Liebesfähigkeit ist zweifellos eine komplexe und schwierige Angelegenheit und der Prozess der Beziehungsfindung und Bindung ein mitunter schmerzhafter Transformationsvorgang, der von Idealisierungen auf der einen Seite und der Realisierung der Notwendigkeit einer permanenten Arbeit an der Beziehung auf der anderen Seite geprägt ist.

In unserer Gesellschaft werden Versuche unternommen, diesen Prozess zu erleichtern, in dem Services wie „Online Dating“ oder „Speed Dating“ angeboten werden, die eine berechenbare Objektifizierung (nicht Objektivierung da der Werdungs-Vorgang gemeint ist) von Liebespartnern und deren Eigenschaften erlauben. Sie stellen effizientere Wege der Findung (Wiederfindung) dar, die zugleich das Versprechen in sich tragen, dass Trauerprozesse die in der üblichen erfolglosen Suche stattfinden, verkürzt, ja mitunter umgangen werden können. Dieser Zugang zur Liebe stellt einen Versuch dar, eine quantifizierbare und kontrollierbarere Wahrscheinlichkeit herzustellen, Liebe zu empfangen und unterstützt damit auch grandiose Ansprüche, dass Wunschphantasien in Erfüllung gehen sollen. Selektionskriterien möglicher Liebesobjekte drängen so den Anderen in ein determiniertes Bild - hier soll die Phantasie das Ergebnis vorstrukturieren. Kriterien lassen Spaltungen

in gute und schlechte Eigenschaften zu und grenzen damit das Wunschobjekt vom abzulehnenden Objekt schärfer ab, was für den Anderen jedoch eine schroffere Ablehnung bedeutet. Diese Versuche unvorhersehbaren Schmerz zu reduzieren und somit narzisstische Krisen zu vermeiden ist aus dem gesagten verständlich, wenngleich sie eine Strategie im Dienste omnipotenter Kontrolle darstellt, und sich insofern in die lange Reihe der menschlichen Versuche einordnet, die Natur zu beherrschen und zu unterwerfen.

Zum Schluss wäre ich Ihnen noch eine Art Zusammenfassung des Gesagten schuldig, nicht nur weil sie mir ihre Aufmerksamkeit gegeben haben (die auch eine Funktion der Liebe ist) sondern auch jene Passagen geduldig ertragen haben, die ich im Schlafentzug in den vergangenen drei Wochen seit der Geburt unserer Tochter vielleicht nicht mit der nötigen Präzision formulieren konnte, die ich mir gewünscht hätte.

Es fällt einem Analytiker immer auch etwas schwer, bei all der Betonung der Komplexität der Materie eine Vereinfachung in wenigen Worten zu formulieren, die das gesamte Unterfangen dann banalisiert, lassen sie es mich aber dennoch versuchen:

Eine reife Liebesfähigkeit beinhaltet die Fähigkeit zur Realisierung der inhärenten Enttäuschung und die Akzeptanz der fehlenden Kontrolle über das geliebte Objekt. Sie offenbart sich dort, wo Ablehnung durch das geliebte Objekt Schmerz und Trauer mit sich bringt, aber nicht in der Lage ist, intensive Gefühle der Zuneigung und Liebe zu zerstören.

Danke

References:

Fairbarin WRD. (2001). Psychoanalytic Studies of the Personality.
Taylor & Francis.

Greenberg JR, Mitchell SA. (1983). Object Relations in Psychoanalytic Theory. Harvard University Press.

Jacobson E. (1954). The Self and the Object World—Vicissitudes of their Infantile Cathexes and their Influence on Ideational and Affective Development. *Psychoanal. St. Child*, 9:75-127.

Kernberg OF. (2011). Limitations to the capacity to love. *Int J Psychoanal* (2011) 92:1501-1515.

Luhmann, N. (2012). *Liebe als Passion*. 12. Aufl. Suhrkamp Verlag, Frankfurt am Main.

JOSEPH B. Protective identification— some clinical aspects. published in J.Sandier (ed.) *Projection, Identification, Projectile Identification*, New York: International Universities Press, 1987.