

2.6.1 Übertragung und Gegenübertragung (GÜ)

Die Übertragung ist das Phänomen der unbewußten Umlenkung von

1. Gefühlen zu früheren Bezugspersonen der eigenen Entwicklungsgeschichte
2. auf aktuelle Personen in den heutigen Beziehungen.

Eine Übertragung ist eine Art „Irrtum in der Zeit, Ort und Person“.

"Übertragungs- und Gegenübertragungsmodelle suchen vorrangig zu erklären, wie sich Beziehungen durch historisch gebildete Erfahrungsmuster einzelner in ihrer Art und Qualität grundsätzlich konstellieren."

Astrid Schreyögg - www.schreyoegg.de/content/view/78/35

Übertragung und Gegenübertragung kennzeichnen ein Dreierphänomen, eine triadische Konstellation:

innere Vorgänge, aus früheren entwicklungsgeschichtlichen Beziehungsmustern werden

1. von einem Menschen (z. B. Klient)
2. mit einem Interaktionspartner (z. B. Berater)
3. in einer aktuellen Interaktion **wiederbelebt** (z. B. Termin im Jobcenter).

Die Übertragung ist ein universelles Interaktionsphänomen, das in jeder zwischenmenschlichen Beziehung auftaucht. In der Verhaltenstherapie wird Übertragung als Resonanz bezeichnet.

Während bei der Übertragung der Patient / Klient / Kunde emotional auf die Person des Therapeuten / Beraters / Betreuers reagiert, ist es bei der Gegenübertragung umgekehrt:

Professionell unterscheiden wir zur Gegenübertragung in Beratung und Therapie

- a. die gesunde komplementäre oder symmetrische Reaktion des Beraters gegenüber dem Klienten (der Klient verhält sich ganz normal / angemessen).
- b. die gesunde komplementäre oder symmetrische Reaktion des Beraters auf die Übertragungsangebote des Klienten (der Klient verhält sich unangemessen).
- c. die eigene (neurotische) Übertragung des Beraters gegenüber dem Klienten (der Klient verhält sich ganz normal / angemessen).
- d. die unbewußte (neurotische) Reaktion des Beraters auf die Übertragungsangebote des Klienten (der Klient verhält sich unangemessen).

Ziel ist es, ...

- 1) herauszufinden, welches sind meine eigenen Anteile als Berater / Therapeuten / Betreuer und welches sind die Anteile des Klienten an der gemeinsamen Beziehungsgestaltung.
- 2) nachdem ich die vom Klienten induzierten Anteile identifiziert habe, Rückschlüsse als Hypothesen zu bilden über jene Beziehungsmuster aus seiner Entwicklungsgeschichte, die der Klient aktuell überträgt.

Woran kann man Übertragungen erkennen?

In einer Beziehung ist etwas wirksam, was eigentlich zur aktuellen Situation nicht dazugehört: eine unangemessene Freundlichkeit, eine unpassende Feindseligkeit, eine verführerische Komponente, eine zum kognitiven Inhalt nicht passende emotionale Tönung.

Häufig spürbare Gegenübertragungsreaktionen

- starke Zuneigung, Sympathie oder Abneigung, Aversion
- Angst, Furcht, Lähmung
- Schuldgefühle, Versagensphantasien
- Wut, insbesondere Enttäuschungswut
- Hoffnungslosigkeit bis hin zum Beziehungsabbruch
- Neid, Eifersucht
- Müdigkeit, kognitive Leere
- erotische GÜ
- sadistische GÜ
- masochistische GÜ
- vielfältige somatische Marker, Psychosomatik

Eine Faustregel

Je intensiver und heftiger meine eigenen Reaktionen auf das Verhalten meines Klienten zu spüren sind, desto wahrscheinlicher ist Gegenübertragung im Spiel.

Ebenso gilt das Gegenteil: Je unbeteiligt und gleichgültiger !

Unsere Fehlerkultur:

In diesem Sinne werde ich in der Arbeit mit Klienten keine wirklichen Fehler machen können, es sei denn ich unterlasse es, vor dem jeweils nächsten Kontakt die Beziehung, d. h. das Strickmuster zu überprüfen, um festzustellen, ob ich noch mitstricke.

Zumindest in den ersten 5 Jahren sollte man das nicht alleine tun, sondern Kollegen, das Team, die Supervision zur Hilfe nehmen. Das klingt zwar aufwendig, nutzt man es jedoch konsequent, verkürzen sich Beratungszeiten enorm.