



**Probleme in der Partnerschaft oder im Beruf entstehen meist, weil man es nicht zulassen kann, dass die anderen einen anders sehen, als man sich selbst sieht.**

**Wie sieht „Mann“ sich, wie sieht „Frau“ sich selbst?**

**„Übertragung“ bezeichnet die Verzerrung der Wahrnehmung und des Erlebens in einer Beziehung bedingt durch frühere Beziehungsmuster. Unbewusst werden die früheren Muster auch auf den Partner angewendet, obwohl es sich bei ihm nicht um die Bezugsperson der Kindheit handelt. Der Partner reagiert oft mit einer sogenannten Gegenübertragung, einer emotionalen Reaktion, die wiederum aus seinen eigenen früheren Beziehungsmustern stammt.**

**Ein „Spiel“ hat seinen Anfang genommen:**

**Spiele sind grundsätzlich betrügerische und deshalb unehrliche Manöver und Vorgänge, denen die Absicht zugrunde liegt, eine abhängige Beziehung zu erzwingen und Unselbständigkeit fortbestehen zu lassen, um Sicherheit zu haben. Sie bietet voraussagbare Zuwendung und auf diese Weise die Sicherheit der Erfüllung biologischer Wünsche und existenzieller Bedürfnisse, die mit der Ansicht von Welt, die der Betreffende hat, in Beziehung stehen.**

**Veränderung geschieht, wenn jemand wird, was er ist, und nicht wenn er versucht, etwas zu werden, was er nicht ist. Veränderung ergibt sich nicht aus dem Versuch des Individuums oder anderer Personen seine Veränderung zu erzwingen, aber sie findet statt, wenn man sich die Zeit nimmt und die Mühe macht, zu sein was man ist. Das heißt, wenn man sich voll und ganz auf sein gegenwärtiges Sein einlässt.**

---

Psychotherapeut

Existenzanalytiker und Logotherapeut

Friedrich Zottl, Kellergasse 500, 2054 Alberndorf

H: 0676/51 986 51, T+F: 02944/2447, E: friedl-zottl@eunet.at

**Der Therapeut gibt dem Suchenden nur, was er bereits besitzt, und nimmt ihm dafür, was er noch nie hatte. Was der Therapeut dem Suchenden an Wissen voraus hat, ist, dass wir alle Pilger sind.**

**Sein Auftrag lautet, den Menschen zum Leben in dieser Welt dadurch fähig zu machen, dass er den moralischen Mut bekommt, nicht nur nicht schlechter, sondern auch nicht besser sein zu wollen, als er ist.**

(vgl. Schnorrenberg 2007:117-121)

### **Zirkuläre Fragen zur Befindlichkeit:**

**Wie glaube ich, geht es meiner Frau zurzeit mit mir?**

**Was glaube ich heute und in Zukunft tun zu können, dass es meiner Frau mit mir besser geht?**

**Wie glaube ich, geht es meinen Mann zurzeit mit mir?**

**Was glaube ich heute und in Zukunft tun zu können, dass es meinen Mann mit mir besser geht?**

**Literaturangabe: Schnorrenberg Jo E. (2007) Psychotherapie Forum Vol. 15 No.3, Wien, New York, Springer Verlag**

---

**Psychotherapeut**

**Existenzanalytiker und Logotherapeut**

Friedrich Zottl, Kellergasse 500, 2054 Alberndorf  
H: 0676/51 986 51, T+F: 02944/2447, E: friedl-zottl@eunet.at