



Die Wirkung der Verwöhnung auf die Fähigkeiten zur Lebensbewältigung

Ein sehr sympathischer, junger, intelligenter und gut gebildeter Mann, der zudem sehr einnehmend war, war seit Jahren erfolglos auf Stellensuche, und dies trotz intensiver Bemühungen, Beratungen und diversen Arbeitsvermittlungen. Zwar wurde er oft an Vorstellungsgespräche eingeladen, doch eingestellt wurde er nirgends. In Spezialkursen und intensivem Coaching bemühte man sich, seine Motivation und seine Ziele im Leben zu ergründen, doch führte auch dies zu keinem Erfolg. Allen war unerklärlich, warum es diesem so gewinnenden Mann mit bester Vorbildung einfach nicht gelang, eine Arbeitsstelle zu erhalten.

Erst nach einigen Jahren suchte er psychologische Hilfe. Im Laufe der Therapie wurde ihm klar, dass er während allen Vorstellungsgesprächen in einem bestimmten Moment unbewusst darauf hinzusteuern begann, diese Stelle nicht zu erhalten. Er verfiel in eine schwermütige, zurückgezogene Stimmung, in der er nicht mehr aktiv das Gespräch mitgestaltete, sondern passiv wurde und dem Gesprächspartner deutlich machte, dass er diese Stelle nicht wirklich wollte — eine Haltung, die nie zu einer Anstellung führte.

In der Therapie wurde ihm nach und nach auch der Grund für diese Reaktionen und Stimmung klar: In seiner Familie war er das jüngste Kind und sowohl seine Mutter, als auch seine Geschwister hatten sich sehr liebevoll um ihn gekümmert, ihn sogar verzärtelt. Hatten sie ihn gemäß seiner Empfindung aus den Augen verloren, wurde er traurig, zurückgezogen oder sogar schwermütig und erhielt dadurch wieder die bedingungslose Aufmerksamkeit. Diese Zuwendung, die er empfing, ohne etwas beitragen zu müssen, empfand er als wunderschön. Er konnte sich anlehnen und fühlte sich vor den Anforderungen des Lebens geschützt. Wenn es ihm also nicht wie üblich gelang, mit seiner charmanten Art die anderen für sich zu gewinnen, hatte er deshalb «trainiert», in eine schwermütige Stimmung zu verfallen, so dass sich alle um ihn kümmerten. Diese Stimmungslage diente ihm als Beziehungsaufnahme. Zudem erhielt er auch Aufmerksamkeit, wenn er die anderen kritisierte, wenn er sie darauf hinwies, dass sie ihn falsch behandelt hatten. In der Familiensituation bewirkte das die erwünschte Reaktion, doch als erwachsener, berufstätiger Mann bereitete ihm der Aspekt seiner unbewussten Lebenshaltung erhebliche Probleme: *«Alles soll sich um mich drehen, die anderen sollen sich immer über mich freuen, und wenn es einmal nicht um mich geht, geht es mir nicht gut. Ich bin benachteiligt und zurückgesetzt, das Leben ist sehr kompliziert und ich bin so lange unzufrieden, bis die Situation so von anderen verändert worden ist, dass ich wieder zufrieden sein kann, also dass man sich wieder um mich bemüht.»*

Bei seiner früheren Arbeitsstelle wirkte sich diese unbewusste Stellungnahme zum Leben so aus, dass er empfand, der Chef lasse ihn im Stich. Jedoch war er es, der sich in gedämpfter Stimmung zurückzog und darauf wartete, dass der Chef sich um ihn kümmerte. Entgegen seiner Fähigkeiten brachte er die notwendige Selbständigkeit bei der Arbeit nicht auf. Deshalb verlor er seine Stelle, obwohl sich der Chef lange um ihn bemüht hatte. Erschwerend kam hinzu, dass er sich nicht für andere interessierte geschweige denn verantwortlich fühlte. Eine Arbeitsstelle zu bekommen, die Verantwortung verlangte, kam deshalb eigentlich gar nicht in Frage, denn aktiv sein konnte er nicht, da er ja gerade durch seine Passivität Zuwendung erhalten hatte. Gleichzeitig wollte er sich aus seiner verwöhnten Haltung heraus von niemandem etwas vorschreiben



lassen. Aus dieser unbewussten Eigenlogik heraus verwundert es auch nicht, dass die Zeit der Arbeitssuche für ihn eine sehr schöne Zeit war: Er erlebte die ersehnte Aufmerksamkeit und ›Verzärtelung‹ durch die Berater, Kursleiter und das Coaching, und konnte wegen seiner guten Bildung vielen anderen Arbeitssuchenden beistehen, ohne dabei Verantwortung übernehmen zu müssen. So erzielte er in seinem Gefühl mit wenig Aufwand eine grosse Wirkung.

Zeitweilig meinte er sogar, das Problem liege in einer falschen Studienwahl. Doch eine andere Studienrichtung hätte bei gleichbleibender Gefühlslage seine Schwierigkeiten nicht gelöst: Wegen seiner verzärtelten Haltung konnte er nichts im Leben finden, was ihn ausfüllte und zufriedenstellte.

In der Beziehung zu seiner Freundin wirkten die gleichen Mechanismen: Als er mit ihr einige Tage verreiste, verfiel er während der ganzen Zeit in eine traurige, gedämpfte, aber auch abwehrende Stimmung. Seine Freundin konnte verständlicherweise nicht verstehen, warum die langersehnte gemeinsame Reise bei ihm nicht zu Freude, sondern zu Zurückhaltung führte und wies ihn auf diesen Widerspruch hin. Ihre berechtigte Fragestellung erlebte er als bezwingend, weil er in seinen engen familiären Beziehungen gewohnt war, dass man ihn mit Samthandschuhen anfasst und sich um ihn sorgenvoll bemüht. Er kritisierte sie stattdessen dafür, dass sie nie mit ihm zufrieden sei. Die unbewusste Zielrichtung seiner Gefühlsbewegung war dieselbe wie bei der Arbeitssuche: Der Mann wurde traurig, unzufrieden und kritisierend, weil er sich damit unbewusst Zuwendung sichern wollte. Seine Freundin liess aber, im Gegensatz zu seiner Mutter, nicht an sich herumkritisieren und hätte ihn wohl bei gleichbleibender Behandlung verlassen.

Als ihm der Mechanismus seiner Stimmung im Zusammenhang mit der erhofften Zuwendung bewusst wurde und er verstand, dass er sogar eine bessere Beziehung haben könnte, wenn er fröhlich, zugewandt und initiativ war, konnte er seine Gefühlshaltung mit seiner Freundin besprechen und sich zugänglicher verhalten.

Er fing an, die Momente zu erfassen, in denen er bei den Bewerbungen begann, sich innerlich zurückzuziehen. Es gelang immer mehr, sie als eine Rückzugstendenz einzuordnen zum Zweck der Zuwendung. Durch genaue Auseinandersetzung mit dieser Gefühlslogik fiel ihm diese Tendenz schon im Bewerbungsgespräch auf und er konnte sie als kindliches Muster erfassen. Er musste dieser Haltung nicht mehr nachgeben und konnte im Bewerbungsgespräch die Beziehung zu den Personalvertretern aufrecht erhalten. Zu seiner eigenen Überraschung fand er mit dieser genauen Erkenntnis seiner bisher unbewussten Haltung ganz schnell eine Stelle.

Auch an seinem neuen Arbeitsort konnte er je länger je mehr aktiv und initiativ werden und bleiben, da er immer genauer erfasste, wozu er immer wieder eine passive und eine schwermütige Stimmung entwickelt und dass dies jetzt, als Erwachsener weder nötig noch hilfreich war.

Aufgezeichnet durch Claudia Poggiolini