

Günter Reich

**Die mehrgenerationale Weitergabe
von Traumatisierungen**

**Trauma, Affektübertragung und doppelte
Wirklichkeit**

Stadtroda 07. März 2009

1. „.... dass sich Störungen und Konflikte der jeweiligen Kindergeneration regelmäßig aus unbewussten Konflikten zwischen Eltern und Großeltern beziehungsweise den Partnern und ihren Eltern entwickeln.“
2. „... dass sich in Familien über die Generationen immer wieder dieselben Konflikte abspielen, dass also ein intrafamiliärer Wiederholungszwang besteht.“

(Massing/ Reich/ Sperling: Die Mehrgenerationen-Familientherapie. Vandenhoeck & Ruprecht, Göttingen, 5. Aufl. 2006, S. 21)

Intrafamiliäre Übertragungen können durch neue Erfahrungen unterbrochen werden.

Mehrgenerationen tradiert werden

- Bindungsmuster
- Erziehungseinstellungen
- Qualität der Ehebeziehung
- Neigung zu Trennungen/ Scheidungen
- destruktive Parentifizierung
- Gewalterfahrungen
- interpersonelle Grenzen
- Individuation
- Qualität von Familienritualen

Reich/ Massing/ Cierpka (2008): Mehrgenerationen-Perspektive und Genogramm
in: Cierpka (Hrsg.): Handbuch der Familiendiagnostik. Springer, Heidelberg, 3. Aufl., 259-289)

- Schwere seelische Störungen entwickeln sich über mehrere Generationen
- aus Traumatisierungen und deren unzulänglicher Verarbeitung (z.B. fehlender Trauer um Verluste) entwickeln sich konflikthafte Beziehungsmuster
- Phantasien, Erlebens- und Verhaltensmuster bleiben „fixiert“
(mangelnde Anpassung an zeit- und lebensgeschichtliche Veränderungen)
- starre Muster von Identifizierungen und Gegen- Identifizierungen
- „Rückkehr des Verdrängten/ Verleugneten“

Personen werden mehr durch die Zeitumstände geprägt, als dass sie diese prägen:

- herrschende politische Überzeugungen
- religiöse/ weltanschauliche Prägungen
- ökonomische Verhältnisse
- Klassenzugehörigkeit und soziale Milieus (Subkulturen)
- Erziehungseinstellungen und -überzeugungen
- politische und soziale Umbrüche
- Migration
- Vertreibung

Mehrgenerational orientierte Familientherapie ist am „Faktischen“ und den hiermit zusammen hängenden Verarbeitungen interessiert

- Einbrüche in das Familienleben durch
 - Krankheit
 - Tod
 - Verlust (Besitz, Heimat, Trennung/ Scheidung...)

- Gewalterfahrungen in der Familie
- Sexueller Missbrauch
- Vernachlässigung
- Substanzmissbrauch/ Sucht....

Äußere und innerfamiliäre Traumatisierungen bedingen sich oft.

Übertragung unverarbeiteter Traumatisierungen und ungelöster Konflikte aus der Eltern- Großelternbeziehung in die Paarbeziehung und die Eltern-Kind-Beziehung durch:

- Familienstil und Familienatmosphäre
- Rollenzuschreibungen und Delegationen
- Störungen der Grenzen zwischen Generationen und Personen
- Familiengeheimnisse
- Familienmythen („Gegenphantasien“)
- Loyalitätsbindungen

Schuld, Täter zu sein
Schuld, Opfer zu sein

Scham, Täter zu sein
Scham, Opfer zu sein

„Entliehenes Schuldgefühl“

„Entliehenes Schamgefühl“

Externalisierung

Mögliche Gründe für die Abwehr:

- Plötzliche Verluste
- Mehrere gleichzeitige Verluste und Belastungen
- Starke Ambivalenz
- Loyalitätskonflikte

- Blockierung von Affekten
- „Einfrieren“ zentraler Bereiche der Person
- „Beziehungsstagnation“
- Kinder als Ersatz
- Parentifizierung von Kindern
- Ablösungsprobleme
- Familienmythen
- Familiengeheimnisse

Eine Patient fällt regelmäßig immer am Samstag am mittleren Nachmittag in einen Zustand von Leere, Lähmung und Aussichtslosigkeit.

Im Familiengespräch stellte sich heraus, dass sie als Kind in dieser Zeit bei der Mutter zuhause blieb, während der Vater mit den älteren Brüdern zum Boot fahren und Angeln ging.

Die Mutter ging stumm ihrer Hausarbeit nach und legte sich an auf das Sofa, wo sie vor sich hin starrte.

Es entstand eine gedrückte, unbelebte Atmosphäre, in der sich auch die Patientin unfähig fühlte, sich wie sonst zu beschäftigen.

„Wie an einem brütend heißen Sommertag, wenn sich kein Wind rührt, kein Blatt bewegt und alles in der gleißenden Sonne leblos erscheint.“

Mit dem Auftauchen von Vater und Brüdern „kam wieder Leben“.

Bei der Erstellung des Genogramms stellte sich heraus, dass sich der ältere Bruder der Mutter und auch ihr Patenonkel, Bruder ihres Vaters, suizidiert hatten.

Letzterer durch Tabletten, ersterer war „ins Wasser gegangen“.

Der Bruder war vom Vater der Mutter immer wieder wegen angeblich schlechter Schulleistungen verprügelt worden.

Die Mutter, Liebling ihres Vaters, wurde oft Zeugin, empfand Schmerz und Schuldgefühle, tat aber ebenso wenig für den Bruder wie ihre stumm zuschauende Mutter.

Die unverarbeitete Gewalt- und Verlusterfahrung und die drückende Schuld der Mutter wurde durch das „Verschwinden“ der Männer („zum Wasser“) wieder belebt, ebenso die völlige Lähmung und Blockierung von Affekten.

Diese Stimmung übertrug sich auf die Tochter, die Starre aus der Mutter-Tochter - Beziehung der Mutter.

Fünf Bestandteile der Interaktion:

1. Es sind zwei oder mehr Personen beteiligt
2. Wiederholte Erfahrung des „double bind“
3. Ein primäres negatives Gebot
4. Ein sekundäres Gebot, das mit dem ersten auf einer abstrakteren Ebene in Konflikt gerät
und wie das erste durch Strafen oder entsprechende Signale durchgesetzt wird (die u. U. das Leben bedrohen), auch a verbal
5. Ein tertiäres negatives Gebot, das dem „Opfer“ untersagt, „das Feld zu räumen“, die Beziehung zu verlassen

Folgen:

1. Das Individuum ist in eine intensive Beziehung verstrickt
2. Das Individuum ist in einer Situation gefangen, in der die einer Botschaft des Gegenübers die andere aufhebt
3. Das Individuum ist nicht in der Lage, sich mit den geäußerten Botschaften kritisch auseinander zu setzen, um zu entscheiden, auf welche Botschaft es reagiert.
Es kann nicht meta-kommunizieren.

Ein Patient bekam mehrfach mit, wie der Vater fremd ging, als die Mutter wegen einer Depression stationär behandelt wurde.

Der Vater ließ dabei die Tür zum Schlafzimmer offen stehen oder hielt sich mit seiner Freundin im Wohnzimmer auf, so dass der Sohn, dessen Zimmer zwischen beiden Räumen lag, es sehen musste.

Er wurde gezwungen, Zeuge zu sein.

Gleichzeitig wurde vom Vater so getan, als „sei nichts“.

Und er vertrat als Schuldirektor höchste moralische Standards. Bei Liebesszenen im Fernsehen wurde umgeschaltet.

Vertrat der Sohn eine vom Vater abweichende Meinung, galt dies als frech.

Zudem durfte die Mutter nicht „aufgeregt werden, da dies die Entstehung neuer depressiver Schübe fördere.

„Du darfst nicht hinsehen“ stand dem „Sieh hin“ unvermittelt gegenüber. Der Gegensatz war nicht kommunizierbar.

Der radikale Wechsel zwischen Verbot und massiver Überstimulierung konnte nicht verarbeitet werden.

Ansprechen des Themas hätte Strafe nach sich gezogen und unweigerlich Schuld bedeutet.

Als der Sohn mit Studienbeginn das Elternhaus verlassen hatte, reagierte er bei seiner ersten vorsichtigen Liebesbeziehung mit einem manischen Schub, wobei er sich als sexuell omnipotent erlebte.

- Einen Vorgang verschleiern, vertuschen, verdunkeln oder maskieren,
- der zur Streitfrage werden kann,
- z. B. ein Erleben, eine Wahrnehmung oder ein Gefühl

Folgen:

- Ein Gefühl von Konfusion oder Verwirrung beim Gegenüber
- Nicht erkennbar, was wirklich erlebt oder getan wurde
- die tatsächlichen Streitpunkte können nicht festgestellt werden

- Dem Mystifizierten werden Eigenschaften zugeschrieben, die nicht an einem Kriterium überprüfbar sind
- Seine Motive und Absichten werden verkleinert, herabgesetzt oder ersetzt
- Von seiner Selbstwahrnehmung und Identität wird keine Notiz genommen

Beispiel:

„Ich bin überzeugt, Liebling, dass Du müde bist und jetzt ins Bett gehen möchtest, nicht wahr.“

Statt: „Ich möchte, dass Du jetzt ins Bett gehst.“

- Seine Wahrnehmungen anderer sind ebenfalls Mystifikationen unterworfen
- Der Mystifizierte kann sich schlecht verteidigen und vertieft die Mystifikation, um der Situation zu entinnen

Eine Patientin war in ihrer Kindheit immer wieder erschreckt über heftige nächtliche, auch gewalttätige Auseinandersetzungen der Eltern, bei denen immer wieder Geschirr oder Einrichtungsgegenstände „zu Bruch“ gingen.

Auf Fragen oder Bemerkungen der Patientin hierzu, z. B. am Frühstückstisch, reagierte die Mutter mit an die Familienrunde gerichteten Bemerkungen wie:

„Du hast wohl schlecht geträumt?“

„War da was? Da war doch nichts.“

„Das bildest Du Dir ein. Wir hatten gestern keinen Krach. Von dem Geschirr fehlt doch nichts. Da ist alles heil, nichts zerbrochen. Oder hat jemand etwas etwas gesehen?“

Meistens widersprachen die Geschwister nicht.

Die Patientin fühlte sich klein, dumm, verwirrt und beschämt.

Sie zweifelte an ihrer Wahrnehmung und an ihrem Verstand.

„Bin ich richtig im Kopf?“

- *Mentalisierung* = Fähigkeit, sich andere Personen als solche mit eigener Innenwelt, eigenem Denken, Fühlen, Intentionalität vorzustellen
- Hemmung bei unsicherer Bindung u. Traumatisierung durch Bindungsfiguren
- Schutz des Selbst, indem keine Vorstellungen über Ablehnung, Hass u. mörderische Phantasien beim anderen der eigenen Person gegenüber entwickelt werden
- emotional nicht resonanter o. sogar misshandelnder Elternteil in das basale Selbst aufgenommen
- muss als Fremdkörper immer immer wieder externalisiert werden

- Hemmung der Mentalisierung in Teilbereichen (enge persönliche Beziehungen) oder generalisiert
- fördert „Handeln statt Denken“
- Blockierung der Phantasie, des Denkens und der Affekte
- undifferenzierte Wahrnehmung von Spannungen
- Suche nach Sicherheit auf konkreter statt mentaler Ebene („*regressive Konkretisierung*“), z. B. Substanzmissbrauch,
- Unsicherheit der Grenze zwischen innen und außen („*Äquivalenz*“)
- magisches Beseitigen des Inneren durch äußere Handlung

- durch familiäre Konflikte und Spannungen werden Kinder *physiologisch erregt* (Wood et al. 2000)
 - wird diese Erregung nicht emotional reguliert, führt dies zu Verhaltenauffälligkeiten verschiedener Art
 - „*Meta-Emotion*“: Fähigkeit von Beziehungspersonen, sich in das Erleben Erleben anderer einzufühlen und dieses zu Modulieren (Gottman u. Notarius 2000)
- verwandte Begriffe: „attunement“, Empathie, containing
- in belasteten Familiensystemen gestört oder nicht vorhanden

Scham:

Wenn das Subjekt in einem Kontext, in dem es mit besondere persönlicher Anerkennung rechnet, als physisches Objekt behandelt wird.

Verdinglichung

(Wurmser 1990)

Unerträgliche Scham dann, wenn eigene Menschlichkeit gerade in der Situation verleugnet, in der zu Recht Anerkennung und Wertschätzung erwartet wird.

„... das Erkennungsmerkmal eines Selbst, dem keine Liebe zu Teil wird, ist Scham...“ (Bateman u. Fonagy 2008, 160)

Sprengt Scham die Grenze des Erträglichen, wird sie als Gefühl der Taubheit oder Leblosigkeit wahrgenommen.

Enge Beziehung Scham Depersonalisation/ Derealisation

Vernachlässigung, Misshandlung und Missbrauch eng mit Scham verbunden

Bei Störung der Mentalisierungsfähigkeit: Scham als direkte Zerstörung des Selbst erlebt

Demütigung kann zur Unfähigkeit führen, innere Vorgänge wahrzunehmen und zu empfinden.

Diese Unfähigkeit kann Gewalthandlungen fördern.

Die Unfähigkeit zur Mentalisierung kann aber auch zur Blindheit gegenüber den Intentionen anderer und zu Fehleinschätzungen sozialer Situationen führen.

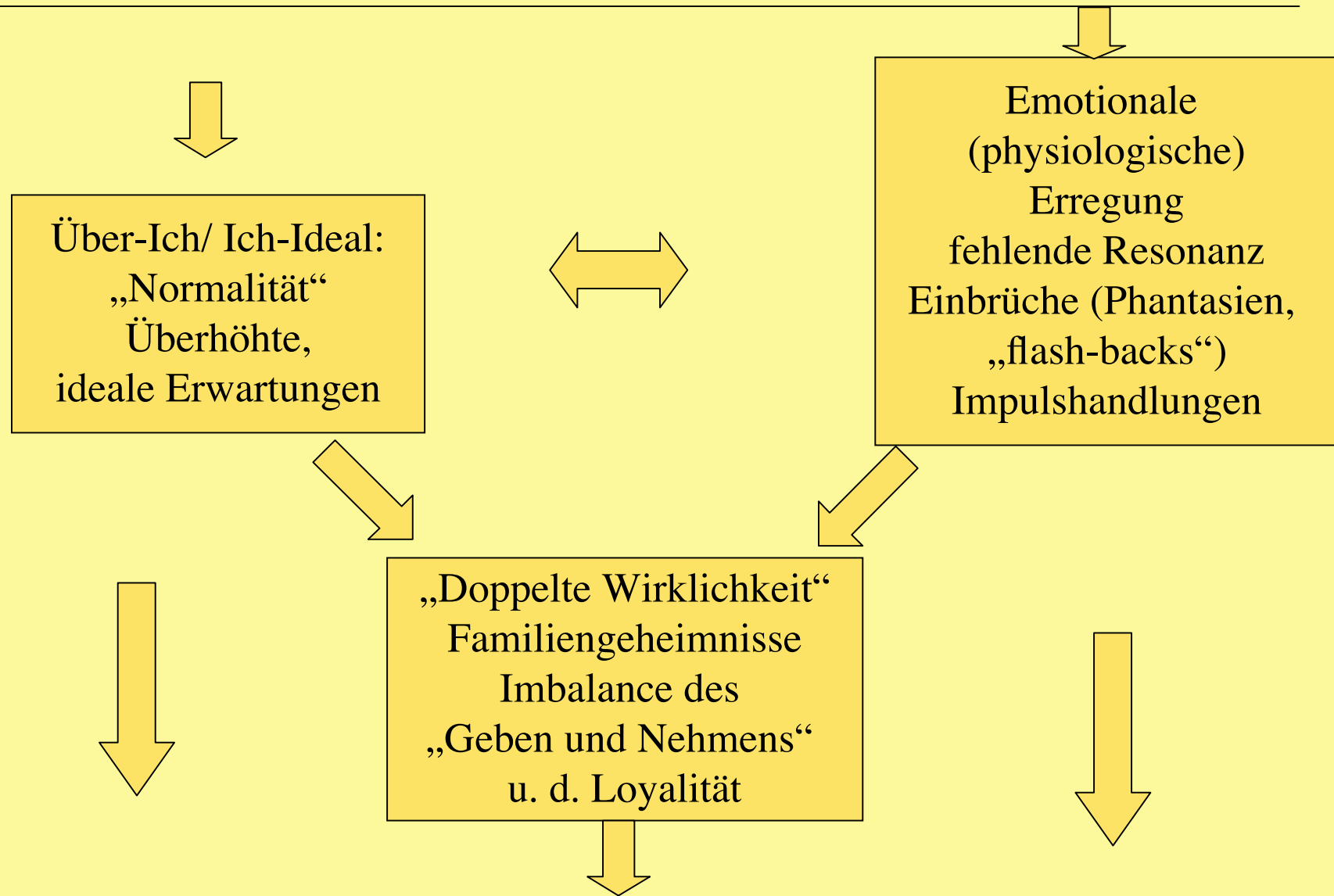
Personen mit Erfahrungen von Vernachlässigung, Misshandlungen und Missbrauch sind daher besonders anfällig für „Brutalisierungserfahrungen im Bindungskontext“ (Bateman u. Fonagy 2008, 159)

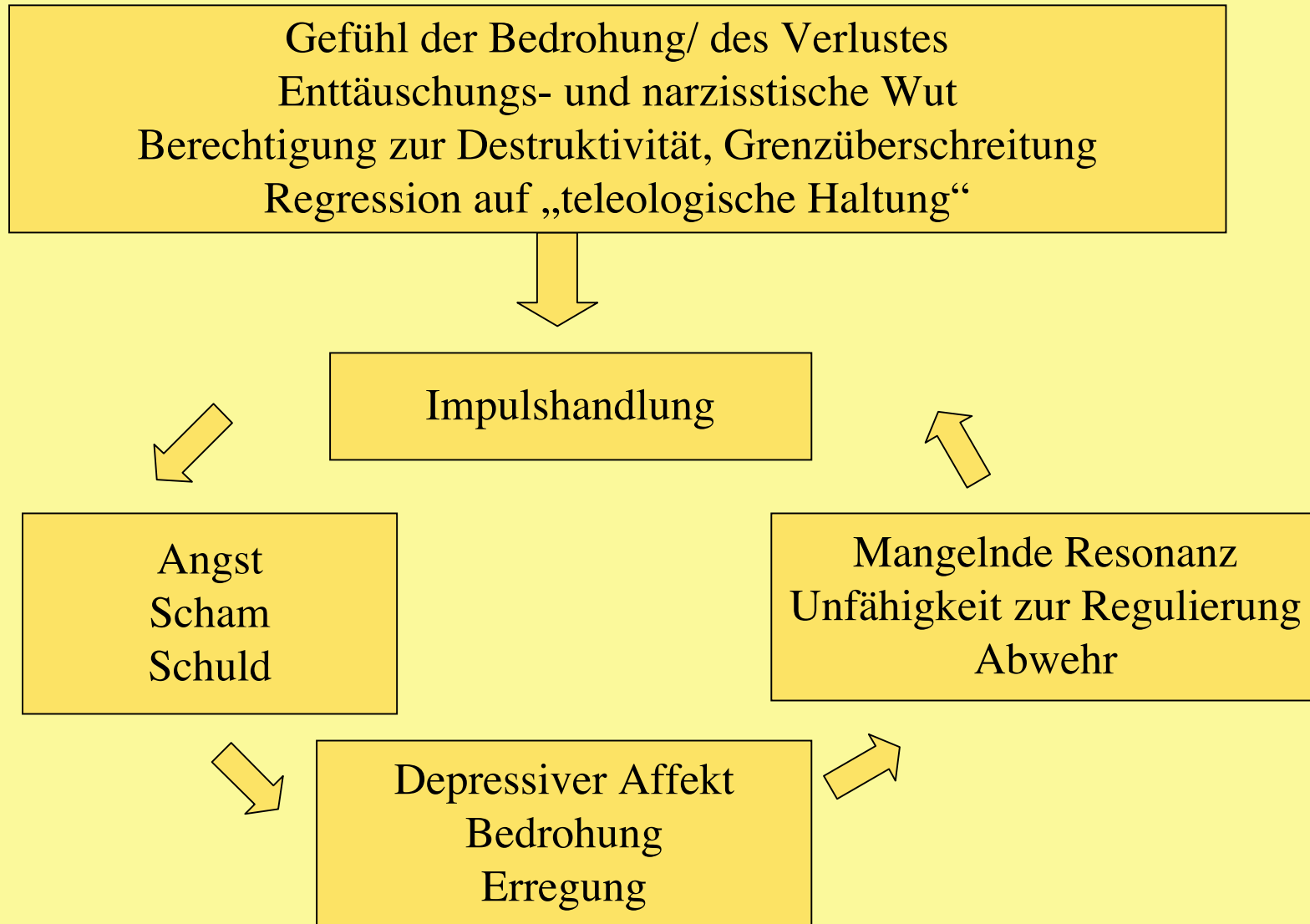
Traumatisierungen:
Gewalt, Verluste, Vernachlässigung

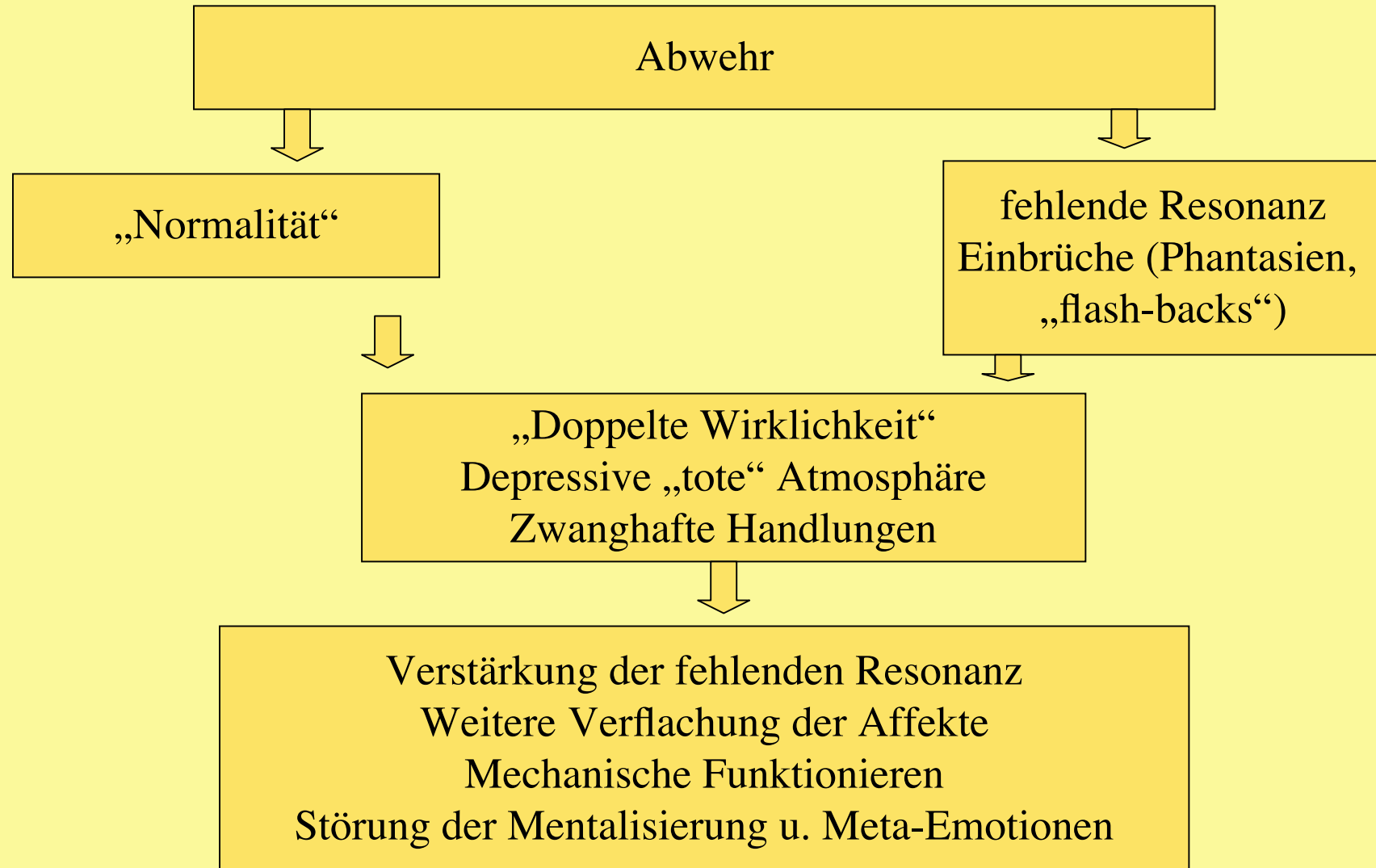
```
graph TD; A[Traumatisierungen:  
Gewalt, Verluste, Vernachlässigung] --> B[Affektüberflutung  
Erregung, Angst, Scham, Demütigung, Schuld]; B --> C[Abwehr:  
Affektblockierung, Verleugnung, Mystifizierung,  
Handeln, radikale Isolierung, „Double bind“,  
Blockierung der Mentalisierung und „Meta-Emotionen“]; C --> D[Trauma - Mehrgenerationenperspektive]; C --> E[©Prof. Dr. phil. Günter Reich];
```

Affektüberflutung
Erregung, Angst, Scham, Demütigung, Schuld

Abwehr:
Affektblockierung, Verleugnung, Mystifizierung,
Handeln, radikale Isolierung, „Double bind“
Blockierung der Mentalisierung und „Meta-Emotionen“







Die Wege der intrafamiliären Übertragung von Traumatisierungen sind vielfältig.

Affektüberflutungen und deren Abwehr tragen wesentlich zur Kontinuität von traumatisierenden Interaktionszirkeln bei.

Schuld- und insbesondere Schamgefühle und deren Externalisierung spielen hierbei eine besondere Rolle.

Ebenso die Störungen der Mentalisierungsfähigkeit bzw. der Bildung von „Meta-Emotionen“.

Impulshandlungen perpetuieren den Zirkel der Traumatisierungen ebenso wie depressiv-zwanghafte Verarbeitungen.

- Bateman A W, Fonagy P (2008) Psychotherapie der Borderline-Persönlichkeitsstörung. Ein mentalisierungsgestütztes Behandlungskonzept. Gießen, Psychosozial Verlag
- Bateson G, Jackson DD, Haley J, Weakland JW (1969) Auf dem Weg zu einer Schizophrenie-Theorie. In: Bateson G, Jackson DD, Laing RD et al.: Schizophrenie und Familie, Suhrkamp, Frankfurt a. M., S. 11-43
- Fonagy P (2000) Attachment and borderline personality disorder. J Am Psychoanalytical Assoc; 48: 1129-1146
- Laing RD (1969) Mystifizierung, Konfusion und Konflikt. In: Bateson G, Jackson DD, Laing RD et al.: Schizophrenie und Familie, Suhrkamp, Frankfurt a. M., S. 274-304
- Massing A, Reich G, Sperling E (2006) Die Mehrgenerationen-Familientherapie. Göttingen, Vandenhoeck & Ruprecht, 5. überarb. Aufl.
- Reich G (2003) Familientherapie der Essstörungen. Göttingen, Hogrefe
- Reich G, Massing A, Cierpka M (2003) Die Mehrgenerationenperspektive und das Genogramm. in: Cierpka M (Hg) Handbuch der Familiendiagnostik. Berlin, Heidelberg, New York, Springer, 2. aktualisierte u. ergänzte Auflage, S. 289-324
- Reich G, Massing A, Cierpka M (2007) Praxis der psychoanalytischen Familien- und Paartherapie. Stuttgart, Kohlhammer