

Wolfgang Hantel-Quitmann

# Klinische Familienpsychologie

Familien verstehen und helfen



Fachleute und Helfer, vor allem emotional. Hier erscheint mir eine multiprofessionelle Kooperation dringend geboten.

Im Schlusskapitel habe ich einen *Theorieansatz* beschrieben, um die Zusammenhänge zwischen Familienbeziehungen und psychischen Krankheiten verstehen und erklären zu können. Das emotionale Familienklima ist sowohl wichtigster Schutzfaktor für Gesundheit als auch größter Risikofaktor für Krankheiten. Dabei geht es immer um die Wirkung von Gefühlen in Beziehungen. Eine moderne Psychologie muss von den Gefühlen her gedacht werden. Krankheiten haben etwas mit negativen Wirkungen von Gefühlen zu tun: Wie entstehen Angst, Ärger, Wut und Zorn, Trauer, Scham, Schuld und Ekel in Beziehungen und welche Wirkungen entfalten sie in ihren verschiedenen Kombinationen auf Dauer? Bei der Frage, ob das Familienklima eher Schutz- oder mehr Risikofaktor darstellt, kommt der Paarbeziehung eine besondere Bedeutung zu, denn sie ist das Herzstück der Familie. Und die Paarbeziehung ist von der Elternbeziehung nicht zu trennen. Auch in der Eltern-Kind-Beziehung geht es vorrangig um Gefühle der Liebe, Sicherheit und Geborgenheit. In der Erziehung und Bildung der Kinder sollten vorrangig die sozialen und emotionalen Kompetenzen gefördert werden, ganz im Sinne einer Herzensbildung.

Familie ist dennoch kein rein psychologisches Geschehen. Zwar haben Studien zur Gesundheit und Krankheit festgestellt, dass das emotionale Familienklima sehr bedeutend ist, aber es gab immer auch den eindringlichen Hinweis, dass die soziale und ökonomische Lebenssituation der Familien erhebliche Folgen für Gesundheit und Krankheit, Entwicklungen und Fehlentwicklungen haben kann. Familien leben nicht allein von der Liebe und im luftleeren Raum, sie haben materielle Bedürfnisse und müssen oft die Folgen prekärer Lebenslagen oder kultureller Zuschreibungen bewältigen. Ein Blick auf die Familienbeziehungen muss daher immer auch soziale, ökonomische, kulturelle oder politische Aspekte berücksichtigen. Somit sollte die Familienpsychologie – und mit ihr die Klinische Familienpsychologie – ein Teil einer Familienwissenschaft sein, die nicht nur *einen* interdisziplinären Ansatz verfolgt, sondern sich auf den Weg macht, eine transdisziplinäre Wissenschaft zu werden. Eine solche transdisziplinäre Familienwissenschaft würde sich um die Themen und Probleme, die Entwicklungstendenzen und Herausforderungen der modernen Familien sorgen. Die Klinische Familienpsychologie kann dazu gute Beiträge liefern.

Wolfgang Hantel-Quitmann

Il Castagneto, Villar Pellice, 19. 9. 2014

# Liebe, Gewalt und Wahnsinn – Gewalt in intimen Beziehungen

**BEISPIEL:** Als das Paar zum ersten Mal in meine Praxis kam, war ich von der Schönheit der beiden überrascht. Diese äußerliche Schönheit passte so gar nicht zu dem, was sie mir als ihr Problem schilderten. Die schöne Frau hatte massive aggressive Durchbrüche und schlug mit allem, was ihr in die Finger kam, auf den Mann ein. Der ließ es wundersamer Weise immer wieder mit sich geschehen und versuchte nur, sich so zu verteidigen, dass er nicht übermäßig verletzt wurde. Sie rannte mit Messern hinter ihm her durch die ganze Wohnung und wenn sie ihn nicht erwischte, dann warf sie die Messer nach ihm. Einmal konnte er es nachts noch soeben abwenden, im Schlaf erstickt zu werden, denn sie hatte versucht, ihm das Kissen auf den Kopf zu drücken und sich dabei auf ihn gesetzt. Sie hatte nicht schlafen können und dann über ihn nachgedacht. Dabei hatte sie sich an seinen Flirt mit einer ihrer besten Freundinnen erinnert und war so unglaublich wütend geworden, dass sie noch in der Nacht beschloss, sich zu rächen. Nein, sie hatte nicht vor ihn umzubringen, nur ihre Wut musste raus. Sie bestand darauf, dass sein Fehlverhalten ihr die Berechtigung für ihre Aggressionen lieferte. Sie schoss dabei manchmal über das Ziel hinaus, das war ihr schon klar, aber aus ihrer Sicht war seine ständige Untreue das Hauptproblem. Er war groß und kräftig und nur dieser Tatsache verdankte er, dass er die nächtliche Attacke überlebte. Sie dagegen war klein und zierlich, wenn man sie jedoch reizte, konnte sie komplett die Kontrolle über sich verlieren und ihrer unbändigen Wut nur noch freien Lauf lassen. Ein Kollege hatte ihr die Diagnose Borderline-Persönlichkeitsstörung gegeben und eine längere psychiatrische Behandlung empfohlen. Daraufhin hatte sie ihm den Schreibtisch umgekippt und war gegangen. Dies wiederum hatte der Kollege als schnellste je erlebte Bestätigung einer Verdachtsdiagnose interpretiert und somit dennoch zufrieden seinen Schreibtisch wieder hergerichtet.

Eines Tages kam der Mann zu einem vereinbarten Einzelgespräch zu mir und zeigte mir seine neueste Verletzung, eine Brandwunde am Unterarm. Er zeigte sie mir wie eine Trophäe, denn sie machte klar, dass nicht er der

verstörte und behandlungsbedürftige Partner war, sondern seine Freundin. Das war endgültig durch diese Affekthandlung erwiesen, sie hatte ihre Aggressionen einfach nicht unter Kontrolle. Er war zu einer Einzelsitzung gekommen, weil er mir stolz seinen Entschluss mitteilen wollte, sich von ihr zu trennen und mit mir als väterlichem Therapeuten unter Männern zu überlegen, wie er die Trennung so bewerkstelligen könne, dass sie auch wirklich endgültig war, denn das hatte er mindestens ein Dutzend Mal erfolglos versucht.

Er hatte ganz friedlich in einer Kneipe gesessen und ein Glas Wein getrunken, hatte sich mit Freunden unterhalten, die mit am Tisch saßen und mitten in diese friedliche Szene war seine Freundin geplatzt, hatte ihn aus dem Stand heraus als »das mieseste Schwein« beschimpft und ihm nach einem heftigen Streit ihre Zigarette auf dem Unterarm ausgedrückt. Alle hatten es gesehen, sie war durchgeknallt und schuld am ganzen Dilemma. Wir besprachen, wie er sich trennen könne, ohne danach die ganze Zeit befürchten zu müssen, auf offener Straße attackiert zu werden. Dabei geriet er in eine Zwickmühle, denn die für ihn beste Art der Trennung enthielt gleichzeitig die größte Wahrscheinlichkeit der grausamen Rache. Für seine Freundin war seine letzte Affäre mit einer anderen Frau beinahe der Grund für eine endgültige Trennung gewesen. Wenn er sich nur noch einmal mit dieser Frau in einem bestimmten Café treffen würde, dann sei er sicher, dass sich seine Freundin von ihm trennen würde, aber danach müsste er gleich für einige Zeit untertauchen. Es kam alles ganz anders.

In der nächsten Stunde staunte ich nicht schlecht, als er wieder mit ihr vor der Tür stand. Er könne halt nicht anders, er liebe sie nun mal, sagte sein Blick. Ihr Blick war von Schuld und Unruhe geprägt. Sie gestand ihre tiefe Liebe zu diesem Mann und sagte, dass sie sich immer wieder von dieser Liebe bedroht fühle. Das fand ich gar nicht unlogisch, denn sie hatte absolute Verschmelzungsbedürfnisse und musste sich gleichzeitig immer wieder distanzieren und dabei ihre Wut in Form gewalttätiger Übergriffe loswerden. Nach diesen Angriffen ginge es ihr besser, aber sie habe ein schlechtes Gewissen. Auch er betonte, dass es ihm seelisch nach solchen Attacken ganz gut gehe, er habe keine Schuldgefühle mehr, unter denen er sonst so leide, nur die Wunden würden wehtun, aber das könne er eher verschmerzen.

Irgendwie stellte das Paar eine grandiose Einheit dar. Wenn ich einem von beiden zu nahe kam, verteidigte ihn der Andere und so schützten beide

ihre Symbiose. Für mich war das Mitleid ein besonderes Problem, denn der Mann tat mir einfach leid. Das machte eine empathische Haltung ihr gegenüber sehr schwer. Sie verhinderte es immer wieder, dass ich sie verstehen konnte. Wir haben lange Pausen zwischen den Sitzungen vereinbart und irgendwann kamen sie nicht wieder. Nun sitze ich da mit meiner Phantasie und frage mich, ob sie noch zusammen sind, sie ein anderes Opfer gefunden hat oder ob er noch lebt. Beim letzten Mal hatte er zu mir noch lächelnd gesagt, er habe mit ihr seine gerechte Strafe gewählt. Sein Vater hatte ihn beständig als Versager bezeichnet und mit Prügel bestraft. Worin bestand die Gerechtigkeit in der Strafe?

## Liebe will besitzen

Gewalt in Paar- und Familienbeziehungen ist ein weltweit aktuelles Thema, das bislang weitgehend ignoriert und zu wenig verstanden wurde. So weist die WHO-Studie *Gewalt gegen Frauen* (1) auf einen epidemischen Anstieg der Gewalt gegen Frauen hin und benennt dabei einige Risiko- und Schutzfaktoren: Ein Risiko partnerschaftlicher Gewalt haben besonders Frauen zwischen 16 und 24 Jahren, getrennte oder geschiedene Frauen, und solche, die auf dem Land leben. Protektiv wirken dagegen eine frische Heirat, das Wohnen in der Stadt und ein höheres Bildungsniveau der Frauen. Der emotionale Missbrauch, insbesondere Erniedrigung und Demütigung, werden von den Frauen als besonders schmerzlich empfunden. Männer, die körperliche und sexuelle Gewalt anwenden, zeigen auch häufig kontrollierendes Verhalten. Sie kontrollieren den Zugang der Frauen zu Gesundheitseinrichtungen, wollen jederzeit wissen, wo sie ist und sind ärgerlich, wenn die Frau mit einem Mann spricht. Kontrolle und Macht erscheinen den Männern die einzigen Möglichkeiten, ihre Verlustängste und Ohnmachtsgefühle abzuwehren. Es ist gut, diese neuen Daten zu haben, aber ob wir damit einem Verstehen von Gewalt in intimen Beziehungen näher kommen, erscheint mir zweifelhaft. Im Kapitel *Empfehlungen (Recommendations)* der WHO-Studie wird somit auch folgendes Fazit gezogen: *Noch kein anderes zentrales Problem der öffentlichen Gesundheitsversorgung wurde – bis vor Kurzem – so weitgehend ignoriert und so wenig verstanden. (Yet no other major problem of public health has–until relatively recently–been so widely ignored and so little understood.)* (91) Neueste Daten aus Deutschland bestätigen dieses Bild weitgehend (2).

Wenn man Aggressionen und Gewalt in Liebesbeziehungen verstehen will,

muss man sich zuallererst von einem romantischen Bild verabschieden, das die Liebe frei von Ambivalenzen, Ängsten und Konflikten sieht. Liebe ist nicht nur emotionale Nähe und tiefe Geborgenheit, sondern ist immer auch verbunden mit drohender Zurückweisung, Kränkung, Kontrolle oder gar Verlust von Autonomie. Leidenschaftliche Liebe beinhaltet das Verlangen nach Verschmelzung und Inbesitznahme, ebenso wie den Wunsch nach Hingabe. Und es ist die Aufgabe eines jeden Paares, diese Ambivalenzen auszutarieren, den eigenen Bedürfnissen und Wünschen anzupassen, und zugleich einzusehen, dass sich in einer Partnerschaft niemals alles kontrollieren und harmonisch gestalten lässt. Liebe ist nicht frei von Egoismen. So suchen die meisten Menschen nur deshalb die große Liebe des Lebens, weil sie selbst eine sein wollen.

Lieben ist ein ambivalenter Zustand, behaftet mit vielen Dilemmata und latenten Konflikten. Wer, wie es Dostojewski einmal formuliert hat, den Anderen so sieht, *wie Gott ihn gemeint haben könnte*, der wird bald merken, dass es Unterschiede zwischen Verliebtheit und reifer Liebe gibt. Die Verklärung der romantischen Liebe und der geliebten Person in der Verliebtheit ist psychologisch nichts anderes als eine Projektion von eigenen Liebesehnsüchten in den Anderen. Dieser kann zunächst gar nichts dafür, fühlt sich narzisstisch aufgewertet und wird im positiven Falle versuchen, dem idealisierten Bild gerecht zu werden. Wir lieben in der Verliebtheit in einen anderen Menschen etwas hinein, um es dann wieder aus ihm herauszulieben. Auf dem gleichen Wege der Projektionen kann der Partner aber auch zum Hassobjekt werden, wenn die eigenen negativen Selbstanteile oder andere negative menschliche Eigenschaften in ihn hineinprojiziert werden. Dann erscheint er nicht mehr begehrens- und liebenswert, sondern hässlich und gemein. Die reife Liebe zeichnet sich demgegenüber dadurch aus, dass sie realistisch geprüft und für gut befunden wurde. Durch eine solche Realitätskontrolle können Projektionen zwar nicht völlig vermieden, allerdings gemindert werden. In der reifen Liebe wird die Aggression weder projiziert noch abgewehrt, sondern als Teil der Realität anerkannt. Reife Liebe bindet somit menschliche Aggression, schafft sie aber nicht aus der Welt.

Liebe und Aggression sind keine unveränderlichen Eigenschaften der Menschen, sondern Fähigkeiten, die wir alle brauchen, um das Leben zu meistern und die wir entwickeln oder verlieren können. Beide sind äußerst ungleich und ungleich verteilt: Manche Menschen werden früh schon sehr geliebt, andere wiederum erleben schon früh Aggressionen und wachsen mit einer tiefen Sehnsucht nach Liebe auf. Wir alle haben die Möglichkeit und auch die Verantwortung, diese Fähigkeiten zu entwickeln und klug und rücksichtsvoll mit ihnen umzugehen.