

RÜDIGER OPELT



FAMILIENMUSTER **WIE DAS HERZ WÄCHST**

Mit Familienaufstellen den Weg zur eigenen Persönlichkeit finden

Czernin Verlag

Vatermuster

Der tote Vater

Die Millionen toten Soldaten des zweiten Weltkriegs hinterließen jede Menge Waisenkinder, die vaterlos aufwuchsen. Alexander Mitscherlich sprach in den sechziger Jahren von der Vaterlosen Generation, der jedes männliche Vorbild, aber vor allem die lebendige Beziehung zu einer Vaterfigur fehlte. Viele dieser Kinder wuchsen bei Stiefvätern auf, von denen sie sich ab er meist nicht so gut behandelt fühlten wie leibliche Kinder. Der Unterschied zu den jüngeren Geschwistern, die vom leiblichen Vater oft mehr geliebt wurden, war schmerzlich bewusst. Vielen dieser Kinder wurde eingeredet, dass der Vater ja gar nicht so wichtig sei, da sie ihn ja nie kennen gelernt hätten. Oder der Vater wird als Held, der für das Vaterland gefallen ist, präsentiert, wobei es aber meist tabu ist, an diesem Heldenmythos zu kratzen.

Der tote Vater ist aber für viele ihrer Kinder doch das Vorbild, das unbewusst auf die Psyche wirkt. Für Söhne führt dies dazu, dass Todesgefahr, Angst vor dem Scheitern in den Lebensentwurf eingebaut wird. So wie das Streben nach militärischem Erfolg im Schlamm Russlands stecken geblieben ist, so scheint sich auf die Karriere des Sohnes ein unsichtbarer Schatten zu legen. Man strengt sich zwar an, aber schlussendlich erreicht man dann doch nichts. Unerklärliche hypochondrische Zustände und psychosomatische Krankheiten finden nicht selten ihre Erklärung in der unbewussten Identifizierung mit dem toten Vater, mit seinen Verwundungen und tödlichen Verletzungen.

Für die Tochter war der Vater die erste Liebe, die man zu früh verloren hat. In der ödipalen Phase um das 6. Lebensjahr herum muss die Tochter ihren Vater lieb haben dürfen, um ein positives Männerbild zu entwickeln und später zu Männern Vertrauen haben zu können. Töchter von toten Vätern bauen sich dann ein Idealbild des Vaters auf, das aber mit dem realen Verlust desselben gekoppelt ist. Nicht selten wiederholt sich dann in der Partnerwahl eben dieses Muster. Der Partner scheint anfangs ideal, bei den ersten Schwierigkeiten kommt aber die Verlustangst hoch. Nicht

selten wird der dann gefürchtete Verlust zu früh als gegeben erachtet, es wird gar nicht versucht, die Konflikte, die sich in jeder Partnerschaft ergeben, durchzustehen und sich mit dem Partner zusammenzuraufen.

Vielen Vaterlosen Kindern war es weder möglich, eine Beziehung zum Vater zu erleben noch sich vor dessen Tod von ihm verabschieden zu können. Durch den fehlenden Abschied bleibt man unbewusst mit dem Schicksal des Vaters verstrickt, weil man nach wie vor die Nähe zu ihm sucht. Diese Nähe wird in der Wiederholung des Schicksals des Vaters erlebt. Wenn die Söhne ihr Scheitern und die Töchter den Partnerverlust aus ihrem Lebensentwurf entfernen möchten, so ist dies dann möglich, wenn man den Vater noch einmal erleben und sich dann von ihm verabschieden kann.

Bei den Aufstellungen liegt der Repräsentant des toten Vaters am Boden, sein Tod wird dadurch spürbar. Das Kind geht noch einmal zu ihm hin. Anfangs ist es oft sprachlos und wehrt sich gegen den Schmerz, der aber dann bald hochkommt. Das Kind umarmt den toten Vater ein letztes Mal und dann brechen meist Schmerz und Tränen hervor. Durch diese

Trauer entsteht eine starke Verbindung zwischen Vater und Kind. Das Kind spürt, dass der Vater ja doch existiert und voller Liebe für sein Kind ist. Der Vater möchte sein Kind trösten und spricht beruhigende, liebevolle Worte. Durch den Abschied wandelt sich das Bild des Vaters. Er ist nun nicht mehr ein bedrohlicher Leichnam, den man nicht anschauen kann, sondern ein geistiges Wesen, dessen Seele meist sein Kind unterstützen will. Wenn das Kind nach dem Abschied den Leichnam verlässt, wird der Vater nicht selten zum Schutzengel, der seinem Kind folgt und es weiter unterstützt.

Aber auch, wenn der Vater so vom Krieg zerstört ist, dass er seinem Kind nichts Positives mitgeben kann, gibt es eine Lösung. Vater und Kind lösen sich voneinander, der Vater geht ganz ins Jenseits,

das Kind bleibt im Diesseits. Dann können sich die Lebensverläufe von Vater und Kind voneinander trennen. Der Sohn darf erfolgreich sein, ohne dem Vater ins Grab folgen zu müssen, die Tochter darf sich verlieben, ohne Panik vor dem Verlust ihres Geliebten.

Muttermuster

Die verlorene Mutter

Unter psychiatrischen Patienten findet sich eine Häufung von so genannten Frühstörungen, das sind Menschen mit Defiziten in der mütterlichen Betreuung in der ersten Zeit nach der Geburt. Die Frühstörung gilt als Hauptursache der endogenen Störungen, also von Schizophrenie und endogener Depression. Frühkindliche Deprivation ist auch die Hauptursache, warum das Jugendamt einschreiten und Müttern, die zur Betreuung ihrer Kinder unfähig sind, die Kinder abnehmen und fremdunterbringen muss. Die Kinder werden dann auf Pflegeplätze oder zur Adoption freigegeben, sie kommen in ein Säuglingsheim oder in ein Kinderdorf.

Viele Mütter befinden sich dabei in einer ausweglosen Konfliktsituation. Das Kind aufzuziehen scheint unmöglich, da dies die Mutter existentiell oder in der Fortführung ihres Lebensplans bedroht. Manchmal spitzt sich dieser Konflikt so zu, dass Neugeborene getötet, aus dem Fenster geworfen oder auf eine Klosterschwelle gelegt werden. Heute versucht man das Problem durch die Babyklappe von Geburtensstationen zu lösen, wo Mütter in Konfliktsituationen ihr Kind ganz legal abgeben können, ohne Strafverfolgung fürchten zu müssen.

Kinder die ihre Mutter auf so dramatische Weise verloren haben, entwickeln Phantasien, was der Grund ist, dass die Mutter das Kind hergegeben hat. „Bin ich nicht liebenswert, stimmt etwas mit mir nicht, ist meine Mutter ein böser Mensch?“ Diese Unsicherheit über die eigene Herkunft macht Adoptiv- und Pflegekinder unruhig und nicht selten schwierig, selbst wenn sie liebevolle Ersatzeltern haben. Schließlich hat das Kind ja 9 Monate im Bauch der

leiblichen Mutter verbracht und die unbewusste Erinnerung daran verschwindet nicht. Der Fötus ist dadurch geprägt worden und hat viele Einstellungen der Mutter, ihre Konflikte und ihren Stress gespürt.

Manchmal wiederholt sich dieser Verlust der Mutter über mehrere Generationen

Die tote Mutter

In der Generation unserer Großmütter kam es häufig vor, dass Mütter im Kindbett starben, da die medizinischen Möglichkeiten damals noch begrenzt waren. In den Familienstammbäumen finden sich auch viele Mütter, die an TBC oder anderen Infektionskrankheiten starben und kleine Kinder zurückließen. Für den Vater der Kinder war es dann vordringlich, schnell eine Ersatzmutter für die kleinen Kinder zu finden, um die er sich ja in der Regel nicht selbst kümmern konnte. In manchen Familien wurde dieses Problem pragmatisch gelöst: Wenn die tote Mutter eine ledige Schwester hatte, dann musste diese den Witwer heiraten und sich um ihre Nichten und Neffen kümmern. Manchmal heiratete der Witwer auch die Erzieherin seiner Kinder, was im Falle der Trapp-Familie so gut klappte, dass ein berühmter Familien-Chor und der noch berühmtere Film „Sound of Music“ daraus entstanden.

Nicht selten waren diese Hochzeiten geschäftliche Arrangements, deren primärer Grund die Versorgung der Kinder darstellte. Anders als bei der ersten Ehefrau hatte die zweite Frau nicht aus Liebe geheiratet und sie musste ständig gegen den Schatten ihrer Schwester ankämpfen. Nicht selten ging der Ehe mit dem gleichen Mann eine lebenslange Rivalität zwischen den Schwestern voraus. Vielleicht hatten sie ja von Anfang an um den gleichen Mann konkurriert und eine der Schwestern hatte gewonnen. Der Tod stellte dies auf den Kopf und nun gewann die, welche zuerst verloren hatte.

Die Konkurrenzgefühle zwischen Schwestern werden oft über die Anzahl der Kinder ausgetragen: Wer mehr gesunde Kinder

zur Welt bringt, hat gewonnen. In diesem Zusammenhang siegte wiederum die tote Schwester, denn es blieben ihre Kinder, die nun von der Schwester versorgt wurden

Um all diesen Gefühlskonflikten zu entgehen, wurde oft so getan, als sei die Ziehmutter die Mutter. Die Kinder wussten nicht oder verdrängten, dass die Frau, die sie „Mama“ nannten, eigentlich die Tante war. Dies stürzte die Kinder in Verwirrung. Wie sollte man verstehen, dass die „Mama“ mit Eifersucht reagierte, wenn es „ihren“ Kinder gut ging. Wie sollte man verstehen, wenn die „Mama“ einem Erfolg und Liebesglück neidete? Erst das Wissen um die Geschichte der beiden Schwestern macht es für die Kinder verständlich, dass eine Tante und Ziehmutter eine ungleich schwierigere Position hat als eine leibliche Mutter.

Ein Beispiel: Eine junge Frau kommt in meine Praxis, leidet unter Depression, die sich vor allem in völliger Sprachlosigkeit äußert. Dieses Schweigen hat seinen Grund darin, dass sie es Vater und Stiefmutter nicht recht machen kann. Wenn das Mädchen seine Gefühle zu äußern versucht, fahren ihr die beiden über den Mund. Bei der Familienaufstellung kommt heraus, dass die Mutter des Mädchens Selbstmord begangen hat. Der Psychotherapeut, der die Mutter vor ihrem Tod behandelte, sieht in einer lebenslangen Konkurrenz zur Schwester, die die strahlende und dominante Persönlichkeit war, die Ursache des Selbstmordes. Die Patientin identifiziert sich nunmehr mit der unterlegenen Mutter und übernimmt deren Depression. Wie die Mutter wird sie nun ebenfalls von deren Schwester dominiert, die jetzt ihre Stiefmutter ist. Erst die Erkenntnis all dieser Zusammenhänge geben der jungen Frau die Freiheit, aus ihrer unterdrückten Rolle auszusteigen und ihr Leben selbst in die Hand zu nehmen. Sie entzieht sich der Kontrolle durch die Stiefmutter und sucht sich eine neue Ersatzmutter, die ihr wohl gesonnen ist

Manchmal fand der Witwer auch keine Ersatzmutter für seine Kinder, oder es war auch gar kein Vater mehr vorhanden. Dann wurden die Kinder auf verschiedene Familien aufgeteilt. Die älteren Kinder kamen als billige Arbeitskräfte auf Bauernhöfe, die jüngeren wurden adoptiert. Der Tod der Mutter bedeutete dann die völlige

Auflösung der Familie, die weggegebenen Waisen erlebten selten die Liebe, die sie für ihre emotionale Gesundheit gebracht hätten. Ein Junge kommt nach dem Tod seiner Eltern auf einen Bauernhof. Dort erwartet ihn harte Arbeit und er wird nur beachtet, wenn er schuffet wie ein Tier. Die dramatischen Umstände des Todes seiner Mutter verdrängt er, da der Schmerz zu groß ist und auch niemand Verständnis dafür hätte. Er hält sich ein Leben lang durch harte Arbeit über Wasser und verlangt später dasselbe von seinen Söhnen. Erst als einer seiner Söhne einen Selbstmordversuch macht, den er knapp überlebt, kommt der Schmerz wieder hoch. Der Sohn ist nämlich genau so alt, wie der Vater war, als seine Mutter starb. Durch den drohenden Tod des Sohnes kommt die Erinnerung an den Verlust der Mutter zurück. Während der Familienaufstellung wird der Mann angeleitet, sich von seinen Eltern zu verabschieden. Als er all seine Tränen geweint hat, kann er auch mit der Angst umgehen, dass dem Sohn etwas zustoßen könnte.

Nicht selten werden die Waisenkinder nach dem Tod der Mutter auch um ihre materielle Existenz betrogen. Als die Bäuerin im Sterben liegt, verspricht ihr die Magd, sich um die kleinen Kinder zu kümmern und diese groß zu ziehen. Dafür wird die Magd als Erbin eingesetzt. Kaum besitzt sie den Hof, verkaufte sie ihn und machte sich mit dem Geld aus dem Staub. Die nunmehr mittellosen Waisenkinder wurden auf verschiedene Höfe als Arbeitskräfte aufgeteilt. Die Folge war eine maßlose Verbitterung und ein Hass auf alle Pflegemütter, Lehrer und andere Autoritäten, welche die Nachkommen der Waisenkinder noch lange quälte.

Besonders belastend war das Ganze für das Baby, wenn die Mutter bei einer schwierigen Geburt starb. Die Anstrengungen der Geburt waren gleichzeitig der Todeskampf der Mutter, Geburt und Tod miteinander verknüpft. Aus der intrauterinen Psychologie wissen wir, dass Kinder bereits bei der Geburt eine intensive Beziehung zu ihrer leiblichen Mutter haben. Wenn das Baby gleich nach der Geburt auf die Brust der Mutter gelegt wird und ihr in die Augen schauen kann, so entsteht daraus die Urgeborgenheit, das Urvertrauen, das ein Mensch zum Leben braucht. Dieses

Urvertrauen koppelt sich von Anfang an mit dem Schmerz und der Angst vor Verlust. Nicht selten liegen diese Babys dann lange alleine in einem Säuglingsheim und dadurch leidet das Urvertrauen weiter. In der Partnerbeziehung lebt dann diese Angst vor dem Verlust wieder auf und wird auch immer wieder bestätigt.

Die böse Mutter

Nicht ohne Grund sind die böse Stiefmutter, die böse dreizehnte Fee und die Hexe beherrschende Frauengestalten in unseren Märchen. Es gibt dort jede Menge böse Mütter, die von dem Gedanken beherrscht scheinen, ihre Töchter oder Stieftöchter ins Grab zu bringen oder zu unterdrücken. In den Eltern-Kind-Konflikten der heutigen Zeit tauchen die bösen Mütter wieder auf, ja sie beherrschen sogar die psychologische Literatur des letzten Jahrhunderts. Eine Zeitlang war die böse Mutter die Ursache nahezu aller psychischen Störungen. Das erscheint zwar im Nachhinein gesehen übertrieben, dennoch behandeln gerade Mädchen in der Pubertät ihre Mütter so, als wären sie allesamt Rabenmütter, die große Schuld auf sich geladen haben. Die Mutter habe einen zu wenig beachtet, zu wenig geliebt, würde die Söhne bevorzugen, sei kein gutes Vorbild und vieles andere mehr. Das Bild der bösen Mutter verschwindet nach der Pubertät meist wieder, aber in manchen Familien stimmt es eben doch. Wenn Kinder abgetrieben wurden, weggelegt wurden, wenn Kinder vernachlässigt oder gequält werden, dann erlebt das Kind seine Mutter zu Recht als böse und verliert jedes Vertrauen in mütterliche Zuwendung.

Eine Patientin beklagt sich, dass sie von ihrer Mutter immer verraten und bloßgestellt worden wäre. Sie konnte ihr nichts Recht machen, wurde immer geschimpft und kritisiert. Sie flüchtete dann meist zur Oma, die im selben Haus wohnte und mit der Mutter in ständigem Streit lag. Die Mutter war selbst als Kind auf einen Pflegeplatz gegeben worden und ist noch voller Wut auf ihre Mutter, die sich nie um sie gekümmert hat. Deshalb wollte sie auch nie ein Mädchen haben, da dieses sie ständig an diesen

Schmerz der eigenen Kindheit erinnern würde. In der Aufstellung ist es wichtig, dass die Tochter zunächst ihre Wut auf die böse Mutter herauslässt. Sie kann stellvertretend auf einen Polster schlagen und der Mutter dabei in die Augen sehen. Dann wird der Mutter meist ihre eigenen Wut bewusst, die sie ihrerseits auf die eigene Mutter hat. Sie dreht sich von der Tochter zur Oma und wiederholt die Aggressionsübung, die ihr die Tochter vorgemacht hat. Die Oma wird sich vielleicht eine Zeitlang rechtfertigen und die Vorwürfe abwehren. Irgendwann wird sie ihrer Tochter aber erzählen, was wirklich geschehen ist, sie wird ihr die Not mitteilen, welche es ihr unmöglich machte, sich um ihr Kind zu kümmern. Dann wandelt sich die Wut in Sehnsucht und Mutter und Oma liegen sich vielleicht zum ersten Mal in ihrem Leben in den Armen. Die böse Mutter wandelt sich in die umarmende Mutter. Wenn es genügend Nachbemutterung gegeben hat, dreht sich die Mutter wieder ihrer Tochter zu und der Prozess der Versöhnung wiederholt sich auch hier. Am Schluss sehen die Zuschauer eine Kette von Müttern und Töchtern, die am Boden sitzen, die Töchter zwischen den Beinen der Mütter, an die sie sich anlehnen und von denen sie gehalten werden. So taucht das Bild der gebärenden Mutter auf, welche Leben und Liebe schenkt. Der Berührung, welche diese Kette aus Liebe auslöst, kann sich keiner entziehen.

Eine Mutter von drei Kindern gilt in ihrer Familie bis ins hohe Alter hinein als böse Frau, die ihre Kinder schikaniert, kritisiert und niedermacht. Als die Kinder heiraten, lässt die Mutter an den Schwiegerkindern kein gutes Haar und löst überall Ehekrise aus, bis zwei ihrer Kinder geschieden sind und das dritte kurz davor steht. Sie bringt auch die Geschwister gegeneinander auf, indem sie unwahre Gerüchte in die Welt setzt, einem Kind Negatives über ein anderes erzählt, bis alle aufeinander wütend sind. Als eines dieser Kinder diesen Mechanismus entdeckt, stellt sie die Mutter und deren Eltern auf. Dabei kommt folgende Geschichte ans Licht: Der Vater der bösen Mutter war im Dorf anfangs beliebt und ein angesehenes Mitglied des Schützenvereins. Bei einem Schützenfest löst sich ungewollt ein Schuss und der Vater tötet

dadurch einen Kameraden. Er muss nun finanziell für die Familie des Toten aufkommen und dadurch ist die Existenz der eigenen Familie zerstört. Hinter der Hand wird getuschelt, dass er doch ein Mörder sei, vielleicht doch mit Absicht geschossen habe. Die Tochter wird als „Mörderkind“ geschnitten und ausgestoßen. Nach Jahren des unverschuldeten Leidens macht die Tochter aus der Not eine Tugend und beschließt, tatsächlich so böse zu sein, wie man sie allgemein hinstellt. Wenn sie schon verfemt ist, dann will sie zumindest die Macht der Bosheit ausnützen.

In der Aufstellung liegt die Lösung darin, den Zusammenhang zwischen der Schuldzuweisung und dem Verhalten der Frau aufzuzeigen. Schließlich stellen sich die drei Kinder gemeinsam der Mutter entgegen und setzen ihrem Verhalten Grenzen. Da bricht die Frau in Tränen aus und erzählt von dem Leid, dass sie als kleines Mädchen erfahren hat. Da ihre Kinder dies verstehen, verschwinden das Bild der bösen Mutter und damit der Terror in der Familie.