

Hoffnung im falchen Leben

Vortrag Kongress HOFFNUNG des Tiroler Instituts für Logotherapie

30. September 2017

Dr. Hans-Joachim Maaz

Psychoanalytiker, Psychotherapeut

Entwicklungspsychologie, Säuglingsforschung und Hirnforschung haben die prägende Bedeutung der frühkindlichen Entwicklung für die Persönlichkeit des Menschen belegt. Damit hat ein Paradigmenwechsel von Erziehung zur Beziehung stattgefunden. Aus dem Objekt-Verhältnis der Erziehung von Mutter und Vater zu ihrem Kind müssen wir heute von einem Subjekt-Subjekt-Verhältnis der Beziehung zwischen Mutter-Vater-Kind ausgehen.

Damit bekommt die frühe (prägende) Beziehungsqualität entscheidende Bedeutung. Dabei ist zwischen mütterlichen und väterlichen Beziehungsangeboten zu differenzieren. Mütterlichkeit und Väterlichkeit ist nicht zwingend an das Geschlecht gebunden – es gibt väterliche Mütter und mütterliche Väter – aber die Beziehungsangebote „mütterlich“ und „väterlich“ sind entwicklungspsychologisch zwingende Beziehungsqualitäten.

Mütterlichkeit ist gebären, ernähren, einfühlen, annehmen, verstehen, bestätigen, trösten und schützen.

Väterlichkeit ist unterstützen, fordern und fördern, probieren, riskieren, strukturieren, Verantwortung und Verpflichtung lehren und begrenzen.

Wir haben die häufigsten Mütterlichkeits- und Väterlichkeitsstörungen differenziert mit ihren Folgen für die Entwicklung bzw. Fehlentwicklung des Selbst. Wir unterscheiden zwischen dem angeborenen je einmaligen Selbst und den möglichen sekundären Ich-Leistungen, mit denen Selbst-

Störungen begrenzt, kompensiert und verborgen werden können. Spezifische Mütterlichkeits- und Väterlichkeitsstörungen bedingen typische Persönlichkeitsstörungen und bei massenpsychologischer Verteilung entsprechende gesellschaftliche Fehlentwicklungen.

Die häufigsten Mütterlichkeits- und Väterlichkeitsstörungen:

Strukturelle Persönlichkeitsstörungen

Selbststörungen versus Selbstentfaltung nach mütterlichen Beziehungsqualitäten

Selbst-Störung

Selbst-Entfaltung

1. Mutterbedrohung

„Lebe nicht“
- das bedrohte Selbst

Borderline-Störung
Alles Leben ist bedrohlich.

Mutterannahme

„Du darfst leben“
- das berechnete Selbst

stabile Lebensgrundlage
„Ich bin prinzipiell berechnigt!“

2. Mutterbesetzung („Vampir“-Mutter)

„Ich brauche Dich für mein Leben!“
- das besetzte Selbst

schizoide Persönlichkeitsstörung
„Ich bin Mutters Selbstobjekt.“

Mutterförderung

„Ich befördere Dein Leben!“
- das freigelassene Selbst

entfaltetes Selbstpotential
„Ich bin ich.“

3. Muttermangel

„Ich habe nicht genug Liebe für Dich!“
- das ungeliebte Selbst

narzisstische Persönlichkeitsstörung als
Größenselbst und
Größenklein
„Ich muss mir „Liebe“ durch Leistung oder
Bedürftigkeit verdienen.“

Mutterliebe

„Ich liebe Dich (so wie Du bist)!“
- das geliebte Selbst

stabiler Selbstwert
Ich bin geliebt, ich bin o.k.

4. Muttervergiftung

„Sei so, wie ich Dich haben will und brauche.“
- das abhängige Selbst

neurotische Struktur mit Grundkonflikt

Mutterbestätigung

„Sei und werde, wer Du bist und werden
kannst.“
- das freie Selbst

gelebte Freiheit in Verantwortung

Autonomie-Abhängigkeit
 „Ich weiß nicht, wer ich wirklich bin und was ich wirklich will.“

„Ich bin autonom und kann mich auch überlassen.“

Neurosestruktur

Fixierte neurotische Konflikte versus Konfliktlösefähigkeit nach väterlichen Beziehungsqualitäten

neurotische Konflikte

Konfliktfreiheit

1. Vaterterror

„Du störst!“
 - das gehemmte Selbst
 Selbstpotential

Konflikt zwischen Expansionsdrang und
 Einschüchterung
 „Ich traue mir nichts zu.“

2. Vatererpressung

„Tanze nach meiner Pfeife!“
 - das genötigte Selbst

Konflikt zwischen Gehorsam und Selbstverantwortung
 „Ich muss gehorchen.“

3. Vaterflucht

„Ich habe kein Interesse an Dir!“
 - das ungeforderte Selbst

Konflikt zwischen Bequemlichkeit und
 sinnvoller Anstrengung
 „Mir ist alles zu anstrengend!“

4. Vatermissbrauch

„Mach mich stolz!“
 - das überforderte Selbst

Konflikt zwischen Leistung und Begrenzung
 (Anspruch und Realität)
 „Es ist nie genug! Ich kann immer noch besser werden!“

Vaterliebe

„Entfalte Dich!“
 - das allgemein entfaltete

Ich habe Mut und Kraft für mein Leben.

Vaterfreiheit

„Werde, wer Du sein kannst!“
 - das individuell entwickelte Selbst

„Ich finde meine Möglichkeiten.“

Vaterförderung

„Ich unterstütze Dich!“
 - das geförderte Selbst

„Ich lebe meine Möglichkeiten.“

Vaterverständnis

„Begrenzung ist in Ordnung.“
 - das entspannte Selbst

„Ich kann leisten und kenne meine Grenzen.“

Strukturelle Frühstörungen sind die Quelle vielfacher psychischer und psychosomatischer Erkrankungen. Um die Schmerzlichkeit der Defizite und Entfremdungen zu vermindern, haben wir Menschen 3 Möglichkeiten:

- die Kompensation: durch besondere Leistungen beweisen zu wollen, dass man gut und liebenswert ist. Damit kann man berühmt, reich und mächtig werden, aber niemals die frühe Sehnsucht stillen. Deshalb tendieren alle Kompensationsbemühungen zur Sucht.
- die Ablenkung: mit Orientierung auf Äußerlichkeiten, z.B. durch TV, PC, Handy – aber auch durch provozierte Konflikte, Streit und Kampf kann permanent vom inneren Befinden und ungestillter Bedürftigkeit auf äußere Angelegenheiten, Informationen und Kämpfe abgelenkt werden.
- Betäubung: durch Alkohol, Drogen, Medikamente, aber auch durch Arbeit, Aufgaben und Pflichten können innerseelische Befindlichkeiten betäubt werden.

Massenpsychologisch lassen spezifische Selbst-Entfremdungen eine Normopathie entstehen. Das Gestörte („Pathische“) wird als „normal“ wahrgenommen, weil eine Mehrheit das so sieht, versteht und danach handelt. Dabei ist das sog. Mitläufer-Syndrom hilfreich, d. h. das soziale Grundbedürfnis, unbedingt dazugehören zu wollen, angenommen und bestätigt zu werden und keinesfalls abgelehnt, diskriminiert und als Außenseiter ausgegrenzt zu werden. Je größer die Selbst-Entfremdungen sind, desto stärker ist der Mitläufer-Sog aus Unsicherheit und ungestillter Bedürftigkeit.

In Deutschland sind zuletzt drei verschiedene Normopathien zu erkennen:

1. der Nationalsozialismus
2. der DDR-Sozialismus
3. die narzisstische Gesellschaft der Gegenwart

Die massenpsychologische Mitläufer- und Mittäterschuld an der Zustimmung für Krieg und Judenvernichtung, an einer verlogenen Ideologie in der DDR und heute einer destruktiven Lebensform mit Klimaveränderungen, Umweltzerstörung, zunehmender Spaltung zwischen reich und arm durch Ausbeutung, unfairem Handel, Korruption, Krieg um Ressourcen und folgender Migration, auf der Basis der Illusion von unbegrenztem materiellen Wachstum ist nur zu verstehen als das normopathische falsche Leben durch entfremdete Selbst.

Die narzisstische Normopathie ist Ausdruck und Folge der nicht in seelischer Tiefe verankerten Demokratie, Freiheit und Liberalität. Eine innerseelische Demokratie ist nur erreicht, wenn die seelischen „Minderheiten“ – das Gestörte, Entfremdete, Defizitäre – erkannt, emotional angenommen und seelisch und sozial integriert ist. Das wäre die demokratische Basis, um Projektionen auf Sündenböcke und Feindbilder zu vermeiden. Im Moment ist das Gegenteil der Fall: Politiker verlieren ihre diplomatische Contenance, die Gesellschaft spaltet sich immer mehr und Kritiker der gesellschaftlichen Fehlentwicklung werden diskriminiert, vor allem mit der historisch belastenden Beschimpfung als „rechts“ oder „Nazi“. Aber die narzisstisch begründete Gesellschaftskrise kann nicht durch Beschimpfungen Andersdenkender oder Kritiker gelöst werden.

Auch die äußere Freiheit eines demokratischen Systems braucht eine innerseelische Verankerung im Selbst des Menschen, der weiß, wer er ist, was er will und braucht und was nicht, damit äußere Freiheit nicht zur

süchtigen Suche eines längst verlorenen und nicht mehr erreichbaren Glückes wird. Der Verlust der inneren Orientierung kann nur betrauert werden, um sich nicht in den unendlichen Möglichkeiten äußerer Freiheit zu verlieren.

Der hohe Wert liberaler Toleranz bedarf einer innerseelischen Bewertung und Begrenzung durch einen stabilen Selbstwert, der Halt und Orientierung vermittelt, um nicht in der entwertenden Beliebigkeit des „Alles-ist-möglich“ und „Alles-ist-erlaubt“ Begrenzung zu verleugnen und Verantwortung abzugeben. Die Überwindung von narzisstischer Normopathie braucht eine innerseelische Verankerung der Demokratie, der Freiheit und der Liberalität.

Dafür ist vor allem eine Optimierung der Frühbetreuung von Kindern erforderlich. Im Streit um Familien- und Fremdbetreuung muss das Wohl des Kindes in den Mittelpunkt gestellt werden, wobei die leibliche Mutter durch Schwangerschaft, Geburt und Stillzeit eine ganz besondere Bedeutung für die Bindungserfahrungen des Kindes hat, die von keinem Vater, keiner Oma oder Krippenerziehung ohne Probleme für das Kind übernommen werden kann.

Familienpolitisch muss die Elternbetreuung im Vordergrund stehen. Wenn Fremdbetreuung unvermeidbar ist (bei wirklich schlechten Eltern, bei Krankheit, Tod von Eltern oder schwerwiegender ökonomischer Not) muss die Qualität der Fremdbetreuung beachtet werden (höchstens 3 – 4 Kinder pro Erzieherin, kontinuierliche Betreuung durch eine Bezugsperson, die vor allem über beziehungs-dynamisches Verständnis und Fähigkeiten verfügt). Wenn ein Krippenplatz mit etwa 1.000,00 – 1.600,00 € staatlich subventioniert werden muss, wird erkennbar, dass diese eher abgewertete Familienbetreuung einen politisch-ökonomischen Zwang narzisstischer Normopathie folgt.

Die Hoffnung auf Verbesserung fordert vor allem von Psychotherapeuten ein Engagement für eine optimale Frühbetreuung der Kinder. Psychotherapie ist immer auch eine Hoffnung auf Verstehen, Einsicht, emotionaler Entlastung und Verhaltensänderung.

„Beziehungskultur“ kann als entwickelte individuelle und gesellschaftliche Demokratie vertreten und verbreitet werden. Beziehungskultur bedeutet Erkenntnis der eigenen Selbst-Entfremdung: „Ich bin das Problem.“, um nicht projizieren zu müssen.

Durch eine gewaltfreie Kommunikation mittels Ich-Botschaften internalen seelischen Befindens und Erkennens kann eine nicht bewertende Verständigung gelingen. Notwendige Begrenzung, Pflichten, Werte und Verantwortung brauchen einen selbstreflexiven und kritischen Bezug zu den möglichen Selbst-Entfremdungen mit der Bereitschaft, die bestehende Realität anzuerkennen und emotional (Wut, Schmerz, Trauer) immer wieder zu entlasten. Vor allem der seelische Schmerz der Selbst-Entfremdung im falschen Leben ist das Tor zu einem entspannteren, befreiteren individuellen Sein und einer Basis für wirklich demokratisches Verhalten gegen den narzisstischen Machtanspruch und Größenwahn.

Die Zusammenfassung hat Prof. Dr. Hans Joachim Maaz zur Verfügung gestellt.