

Dialog statt Trauma

Jürgen Müller-Hohagen, Ingeborg Müller-Hohagen

Dialog statt Trauma

»Substanz«



Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation
in der Deutschen Nationalbibliografie.
Detaillierte bibliografische Daten sind im Internet abrufbar unter
<http://dnb.d-nb.de>

1. Auflage November 2021
© 2021 Marta Press UG, Hamburg, Germany
www.marta-press.de

Alle Rechte vorbehalten.

Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotografie, Mikrofilm oder andere Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlages reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

© Umschlaggestaltung: Andreas Imhof, Hamburg,
unter Verwendung einer Illustration von © Hanne Kircher.

Printed in Germany.

ISBN 978-3-968370-03-3

Inhalt

Vorwort	7
I. Trauma	9
Trauma und verstörende Lebenserfahrungen	9
Gewalt, Lügen, verschwundene Täterschaft und falsche „Opfer“	28
Transgeneracionales Weiterwirken – aber nicht nur bei Trauma.....	37
Trauma und gestörte Beziehungen	60
Erkennen, dass Trauma vorliegt.....	68
Parentifizierung, falsche Schuld- und Schamgefühle	80
Psychotherapie und Trauma.....	93
Schule und Trauma.....	110
Kritik am Traumakonzept.....	123
II. Dialog statt Trauma	129
Umgehen mit Widersprüchen	129
Extremen Schmerz zu überwinden helfen.....	132
Dialog und Selbstreflexion	135
Andere als anders anerkennen.....	146
Verbunden sein und doch verschieden	163
Was also heißt Dialog?	179
Psychotherapie: Dialog statt Trauma.....	200
Befreiungen – aus dem Schatten treten.....	221
Schule: Dialog statt Trauma.....	229
Räume für Dialog.....	263
Ausblick: Zukunft Dialog	284
Literatur	287

Vorwort

In diesem Buch behandeln wir Themen von großer Brisanz. Von Trauma ist mittlerweile mehr als früher die Rede. Das ist gut. Aber es gibt auch eine Inflationierung. Dabei kommt es vor, dass sich Menschen fälschlicherweise als traumatisiert ausgeben. Erst recht wird dies problematisch, wenn sie dahinter eigene Gewalttendenzen verbergen. Das hat Tradition, besonders in Deutschland. Nach 1945 haben sich ehemalige Täter:innen massenhaft als vermeintliche „Opfer“ deklariert. So etwas kann auch über Generationen hinweg weiterwirken.

Aber: Mit Bedacht legen wir hier kein Buch über Gewalt und ihre Tradierung vor. Vielmehr geht es um Folgen von Gewalt bei denen, die sie erleiden mussten. Das betrifft Menschen in einem weiten Radius von Verfolgten im NS-Reich bis zu heutigen Migrant:innen, Geflüchteten, wegen sexueller Orientierungen Ausgegrenzten. Wie weit jeweils von Traumatisierungen zu sprechen ist, werden wir erörtern.

Bei alledem ist Dialog von zentraler Bedeutung. Einerseits wurde er zerschnitten durch die Gewalt. Zum anderen liegen hier Wege, um die Gewalt nicht das ganze Leben dominieren zu lassen, sondern aus den traumatischen Verengungen herauszukommen. Aber das Er-littene war so schlimm, dass es erst einmal nur beiseitegeschoben werden konnte. Das Dialogische unseres Lebens wurde massiv beschädigt. Dessen Ausmaß genauer wahrzunehmen, braucht Mut, braucht Gemeinsamkeit, Wiederentdecken von Vertrauen.

Psychotherapie kann hierfür ein Ort sein, ebenso Schule. Für beide Bereiche stellen wir Beispiele vor. Das machen wir auch vor dem Hintergrund unserer langjährigen Befassung mit seelischen Nachwirkungen aus der NS-Zeit und dem Zweiten Weltkrieg.

Unsere Gesellschaft ist voll von Spaltungen. Eine besonders schwerwiegende liegt in der Aufteilung in „Betroffene“ und „Unbetroffene“. Das geschieht tagtäglich, geradezu automatisiert. Aber

dadurch werden die „Betroffenen“ alleingelassen. Sie spüren es schmerzlich, und das verstärkt ihr stummes Leiden noch. Der Dialog ist dann auch in der Gegenwart beschädigt.

Demgegenüber lautet das Motto dieses Buches: „Dialog statt Trauma“: Es geht um Wiedergewinnung von Dialog bei „Betroffenen“ und zugleich um mehr Dialog von Seiten der vermeintlich „Unbetroffenen“. Dialog kann Trauma nicht „auslöschen“, wohl aber das Leben erträglicher machen und dem Miteinander neue Chancen eröffnen. Wir sind mehr auf Dialog angewiesen, als wir gegenwärtig leben.

Vielfältige Umbrüche erschüttern unser Zusammenleben. In dieser Situation gilt erst recht: „Spaltungen sind auch keine Lösung“. So lautete das Thema einer Fachtagung im Jahr 2018.¹ Vielmehr braucht es eine umfassende Aufwertung von Dialog, von dialogischem Miteinander, bei dem aber die dunklen Seiten nicht ausgeklammert werden. Dialog statt immer noch weiterem Zufügen und Erleiden-Müssen von Trauma.

Im Folgenden bemühen wir uns um eine Balance zwischen fachlichen und persönlichen Bezügen zu Trauma und Dialog. So sind die einzelnen Kapitel durchaus unterschiedlich. Und wir bringen zahlreiche Erfahrungen mit und von Menschen, die uns durch Begegnungen oder über ihre Bücher zu Landmarken wurden.

Diese, das Subjektive nicht ausklammernde Vorgehensweise, so hoffen wir, kann Ihnen, den Leserinnen und Lesern, gute Möglichkeiten eröffnen, mit ihren eigenen Erfahrungen zu vergleichen. Das gehört doch zu einem Buch über Dialog. Wichtige Ergänzungen, die den Rahmen des Buches überschreiten, stellen wir auf unsere Webseite². Dorthin können Sie uns gerne Rückmeldungen, Fragen und Hinweise schicken. Wir freuen uns darauf.

Jürgen Müller-Hohagen, Ingeborg Müller-Hohagen

¹ Jahrestagung der *Deutschen Vereinigung für Gestalttherapie*, Schwerin, 11.-13.05.2018.

² www.dachau-institut.de

I. Trauma

Trauma und verstörende Lebenserfahrungen

Zum näheren Verständnis von Trauma

Wir beginnen mit einer „Definition“, in der viele wichtige Punkte enthalten sind:

„Ein Trauma ist überwältigend, lebensgefährlich, über alle Maßen erschreckend, etwas, das man eigentlich nicht verkraften kann, ein Ereignis außerhalb dessen, was der Mensch sonst kennt, verbunden mit der Überzeugung, dass man es nie verwindet, so schlimm, dass man nachher denkt, es könnte nicht passiert sein, mit enormen seelischen und/oder körperlichen Schmerzen verbunden, etwas, das von unserem Gehirn aufgesplittert oder ganz verdrängt wird.“³

So hat es die bekannte Traumaforscherin Michaela Huber in ihrem Buch *Trauma und die Folgen* umrissen. Wir beide befassen uns seit vielen Jahren mit Traumatisierungen, beruflich und auch persönlich, haben darüber veröffentlicht und können jedes Wort in dieser Formulierung unterschreiben.

Das Überwältigende, Existenzbedrohliche ist die Basis. Es geht um Erlebnisse, durch die uns der bisherige Boden der Gewissheiten, unseres Grundvertrauens radikal erschüttert wird. „Über alle Maßen erschreckend“ nennt das Michaela Huber. Die existenzielle Zeitperspektive ist radikal verschoben: In aller Zukunft könne diese Erfahrung nicht behoben werden. So fühle es sich an. Und umgekehrt, das Ereignis könne doch überhaupt nicht stattgefunden haben. Dieses

³ Michaela Huber (2003), S. 38.

traumatische Erleben ist mit „enormen seelischen und/oder körperlichen Schmerzen verbunden“.

Existenziellen Bedrohungen ausgeliefert zu sein, führt unter Umständen zu radikalen Veränderungen des seelischen Funktionierens. Notfallmechanismen setzen ein, die das bloße Überleben sichern sollen. Dabei wird das bewusste Erleben mehr oder weniger ausgeschaltet. Dies drückt sich in der Definition von Michaela Huber auch in der Art der Formulierung aus. Zunächst werden seelische Vorgänge beschrieben, doch dann erfolgt plötzlich ein Sprung in die „objektive“ Betrachtungsweise der Hirnforschung: „etwas, das von unserem Gehirn aufgesplittert oder ganz verdrängt wird.“ Ist das nun ein Darstellungsfehler? Wir meinen eher, genau darin drückt sich aus, dass hier der direkte Zugang nicht mehr möglich ist.

Hören wir dazu, was Michaela Huber, stellvertretend für viele andere Autorinnen und Autoren, über die quasi-automatischen Reaktionsweisen angesichts massiver Bedrohungen schreibt. Sie unterscheidet als Grundlage zwischen Kampf, Flucht und Einfrieren.⁴ Welches dieser Mittel eingesetzt wird, hängt nicht von einer bewussten Wahl ab. Diese würde voraussetzen, die aktuellen Verhältnisse genauer zu analysieren und eigene Erfahrungen und Ressourcen heranzuziehen. Es leuchtet ein: Das würde viel zu lange dauern. Um das Überleben zu sichern, braucht es stattdessen eine blitzschnelle Reaktion. Bei dem einen Menschen ist das – vielleicht zu seiner oder ihrer Überraschung – die Attacke, beim anderen die reflexhafte Flucht. Man kann sagen: Nicht sie haben gehandelt im üblichen Sinne, sondern eher: Es geschah aus ihnen heraus.

Sind weder Flucht noch Kampf möglich, kommt es zu einem radikalen Einfrieren, zu einer Art Totstellreflex. Michaela Huber schreibt:

⁴ Unseres Wissens wurde diese Unterscheidung von Peter Levine als Erstem in die Traumaforschung eingebracht.

„Das Wissen darum ist noch recht neu. Wir verdanken es den neuen bildgebenden Verfahren (...), die es den Forschern ermöglicht haben, dem Gehirn direkt bei der Arbeit zuzusehen. Das heißt, natürlich nicht während der Mensch traumatisiert wird (...), aber doch danach, wenn der Mensch sich an Ereignisse, auch traumatische Ereignisse, erinnert.“⁵

Das Gedächtnis wird massiv beeinträchtigt. Sinneseindrücke, die eigentlich zusammengehören, werden getrennt abgelegt. Ebenso können die damit verknüpften Emotionen abgespalten werden. Es erfolgen also tiefreichende Dissoziationen und Fragmentierungen.

Judith Herman, eine Pionierin der Traumaforschung, hat bereits in der Einleitung zu ihrem 1992 erstmals erschienenen klassischen Buch *Die Narben der Gewalt* in aller Deutlichkeit herausgestellt, welche zentrale Rolle die Erfahrung von Ohnmacht bei der Entstehung von Traumata einnimmt. Das lässt sich so zusammenfassen:

Psychisches Trauma ist das Leid der Ohnmächtigen. Das Trauma entsteht in dem Augenblick, wenn das Opfer von einer überwältigenden Macht hilflos gemacht wird. Ist diese Macht eine Naturgewalt, sprechen wir von einer Katastrophe. Üben andere Menschen diese Macht aus, sprechen wir von Gewalttaten. Traumatische Ereignisse schalten das soziale Netz aus, das dem Menschen gewöhnlich das Gefühl von Kontrolle, Zugehörigkeit zu einem Beziehungssystem und Sinn gibt.⁶

Wir sehen es auch so: Ohnmächtig ausgeliefert zu sein, ist von klein auf für uns Menschen das Schrecklichste. Davon getroffen und beschädigt zu sein, ist ein schweres Schicksal und macht, bei Licht betrachtet, keineswegs einen „Makel“ aus. Doch oft wird es so hingedreht – blaming the victims, die Geschädigten seien „schuld“. Die Täter dieser Welt wissen um dieses verbreitete gesellschaftliche und individuelle Muster und machen es sich gnadenlos zunutze.

⁵ Michaela Huber aaO, S. 44.

⁶ Siehe Judith Herman (2018), S. 11ff.

Mögliche Quellen von Traumatisierungen

Wir nennen hier insbesondere:

- Naturkatastrophen
- Schicksalsschläge (z.B. Tod eines Kindes durch Krankheit)
- Unpersönlich verursachte Schädigungen (z.B. Börsenkrach)
- Dramatisches Eintreten von wirtschaftlicher Not
- Schwere Unfälle
- Familiendramen (Scheidungen, Misshandlungen, sexualisierte Gewalt...)
- Vergewaltigungen
- Überfälle
- Erzwungene Migration, Flucht, Vertreibung
- Politische Verfolgung
- Folter
- Aberkennung der Zugehörigkeit zur Menschheit

Es zeigt sich, das ist eine riesige Bandbreite. Am wichtigsten ist hier die Unterscheidung, ob es sich um unpersönliche Ursachen handelte wie bei einer Naturkatastrophe oder ob Menschen die Urheber waren. Je mehr Letzteres der Fall war, wird unsere Vertrauensbasis umso radikaler angegriffen.

Formen von Traumatisierung

Das Überwältigende einer traumatischen Erfahrung liegt oft in ihrem plötzlichen, völlig unerwarteten Auftreten. Hier handelt es sich um den „Kerntypus“ von Trauma. Dabei ist anschließend der Zusammenhang von Ereignis und seelisch-körperlichen Folgeerscheinungen am einfachsten herzustellen.

Daneben gibt es aber auch viele traumatisierende Erfahrungen, die zwar ebenfalls auf belastende äußere Einwirkungen zurückgehen, doch diese waren als einzelne nicht von solchem Gewicht. Wohl aber summierten sie sich in ihrer Abfolge zum Trauma. Man

spricht hier von kumulativer Traumatisierung. Schwierige Erfahrungen bauen also direkt aufeinander auf.

Oder es ist die Rede von multipler Traumatisierung: Voneinander (z.B. zeitlich) weit getrennte Belastungen können schließlich nur noch im Traumamodus verarbeitet werden.

Unter sekundärer Traumatisierung versteht man eine „Ansteckung“ von Außenpersonen mit der Traumatisierung der Betroffenen. Das können Familienmitglieder sein oder auch intensiv beteiligte Fachkräfte. Mögliche Folgen sind Angstzustände, psychosomatische Störungen, Burnout, Depressionen, Schlafstörungen.

Unter Retraumatisierung wird das Wiederaufleben einer Traumatisierung der Vergangenheit im aktuellen Alltag verstanden (z.B. durch Unfälle, Krankheiten, Altwerden, erneute entsprechende Ereignisse, Medienberichte) oder auch im Zusammenhang mit professionellen Personen (Polizei, Ärzte, Therapeuten, Pflegepersonal...), etwa durch Unsensibilität, unter Umständen aber auch nur durch die bloße Wiederbefassung.

Hans Keilson und das Konzept der sequenziellen Traumatisierung

Der aus Deutschland vertriebene jüdische Arzt Hans Keilson hat diesen Begriff geprägt, nachdem er in den Niederlanden unter der deutschen Besatzung im Untergrund aktiv war, um Verfolgten zu helfen.

Aufeinander bezogene, für sich allein nicht unbedingt traumatische Erfahrungen können im Sinne der kumulativen Traumatisierung zu einer Traumatisierung führen, doch liegt hier ein noch engerer Zusammenhang vor. Keilson hat das, besonders bezogen auf Kinder aus verfolgten Familien, so beschrieben:

„Hierbei erwies sich die Einführung des Begriffes *Traumatische Sequenz* für die globale Einteilung und Abgrenzung der verschiedenen Phasen der Traumatisierung, die

zusammen die extreme Belastungssituation bilden, als fruchtbar (...). Wir unterschieden folgende drei traumatische Sequenzen:

Erste traumatische Sequenz: die feindliche Besetzung der Niederlande mit beginnendem Terror gegen die jüdische Minderheit.

Zweite traumatische Sequenz: direkte Verfolgung. Versteck in improvisierten Kriegspflegefamilien; Aufenthalt in Konzentrationslagern.

Dritte traumatische Sequenz: Nachkriegsperiode.⁷

Man stellte damals fest,

„dass viele der bisher in der Arbeit mit Kindern und Jugendlichen gewonnenen Einsichten und viele der bisher gültigen Maßstäbe nicht mehr ausreichten, um das breite Spektrum der sich hier manifestierenden Verhaltens- und Entwicklungsstörungen in seinem kumulativ-traumatischen Zusammenhang zu erfassen.“⁸

So viel an zumeist still zu ertragenden Extremerfahrungen war zusammengekommen: etwa die hastige, ohne Erklärung erfolgende Trennung von den Eltern, dann die Unterbringung in fremder Umgebung mit unter Umständen mehrmaligem und plötzlich stattfindendem Wechsel, schließlich nach dem Krieg im Kinderheim das Auftauchen einer völlig fremden Person, die sich als Tante vorstellte und mitteilte, die Eltern, an die sich die Kinder je nach Alter kaum noch erinnern konnten, seien umgekommen, und nun werde sie, die Tante, das Kind mit sich nehmen in ein anderes Land.

⁷ Keilson, S. 44.

⁸ Ebd., S. 40.

„Erst in diesem Augenblick brach alles in dem Jugendlichen zusammen, und auch in der Folgezeit konnte er sich davon nicht erholen.“⁹

So hat es Hans Keilson sinngemäß auf der Tagung verdeutlicht, die dem zitierten Artikel zugrunde lag.

Ein Beispiel von Retraumatisierung

Während Jürgens Zeit an der Erziehungsberatungsstelle hatte sich ein intensiver Kontakt zwischen ihm und einer ambulanten Einrichtung der Berufsbezogenen Jugendhilfe aufgebaut. Jugendliche und junge Erwachsene mit großen Belastungen aus ihrem bisherigen Leben (zerbrochene Familien, schwierige Schullaufbahnen, migrationsbedingte Entwurzlungen) bekamen hier die Möglichkeit, doch noch einen Weg in die Berufswelt zu finden. Dabei wurden sie von geschulten Fachkräften aus Handwerk und Sozialpädagogik begleitet. Es stellte sich mit der Zeit auch ein Bedarf in psychologischer Richtung heraus. Therapie im engeren Sinne wäre zu viel gewesen, doch ein sogenanntes Clearing erwies sich als sehr hilfreich. Es handelte sich um einige wenige Gespräche, die unter vier Augen erfolgten oder auch unter Einbeziehung der Fachkräfte.

So war es ein Ersttermin gewesen, der in keiner Weise aus diesem Rahmen fiel. Doch dann, beim zweiten Treffen, überreichte der junge Mann ganz überraschend ein mit dem Computer geschriebenes zehenseitiges Manuskript und bat Jürgen, es sofort zu lesen. Es war ein knapper Bericht über die Dramen seines Lebens. Zugleich stellten die Lebendigkeit und Klarheit der Darstellung ebenfalls eine große Überraschung dar. Im anschließenden Gespräch wirkte der

⁹ Politische Akademie Tutzing, wiedergegeben in Ute und Wolfgang Benz (1992). Zum fortdauernden Leid und Trauma der Kinder, die, ohne es lange Zeit zu begreifen, zu ihrem Wohl von den Eltern getrennt wurden, siehe auch Claudine Veghs bewegendes Buch: *Ich habe ihnen nicht auf Wiedersehen gesagt* (1983).

junge Mann ruhig. Er zeigte sich zufrieden, dass er mit dem Geschriebenen ankam.

Dann trat die Weihnachtspause ein. Danach hörte Jürgen auf dem Anrufbeantworter die dringende Bitte des beteiligten Sozialpädagogen, ihn anzurufen. „Herr F. ist in der Psychiatrie!“ An einem der Feiertage war er angetrunken von Passanten an einer gefährlichen Stelle entdeckt worden, sie riefen die Polizei, er konnte sich nicht genügend verständlich machen, sein Zustand wirkte bedenklich, und so erfolgte die Zwangseinweisung. Alle Beteiligten waren zutiefst erschrocken. Niemand hätte so etwas erwartet.

Jürgen kam die Vermutung, dass die zwei Gespräche und die Arbeit an jenem Lebensbericht für Herrn F. eine zu hohe „Dosis“ an Begegnung mit seiner Vergangenheit gewesen sein konnten. Natürlich mochten auch andere Gründe mitgespielt haben, insbesondere die Weihnachtszeit, das Alleinsein ohne die Einrichtung und ohne Familie vor Ort. Doch auffällig in Richtung jener Annahme war die Tatsache, dass der junge Mann nach seiner Rückkehr keine weiteren psychologischen Gespräche wünschte. Es war aber nicht so, dass er Kritik daran geübt hätte.

Gerade von daher liegt der Schluss nahe, dass vor allem die Erfahrung, einem tiefer gehenden Interesse begegnet zu sein, für ihn zu viel gewesen war. Vielleicht weckte es bis dahin mühsam beiseite gehaltene Gefühle von Verletztheit wie auch andererseits von Sehnsucht nach Kontakt und Verstanden-Sein. Und dann kam hinzu, so kurz danach in ein Einsamkeitsloch während der Weihnachtstage zu fallen.

Wir stellen diese Erfahrung hierher, um der Illusion vorzubeugen, es könne nichts „passieren“, wenn man mit Fachlichkeit und Feingefühl Menschen mit Traumahintergrund weiterhelfen will. Nein, unvermittelt bewegen wir uns auf dünnem Eis. Dabei liegt die größte Sicherheit wohl, wie es hier der Fall war, in einem Netzwerk von zugewandten Personen.

Am Ende jedenfalls stand ein großer Erfolg: Der junge Mann schaffte die Lehre!

Häufige Erscheinungsformen und Langzeitfolgen von Traumatisierungen

Wir folgen der Darstellung bei Michaela Huber und beschränken uns auf einen knappen Überblick.¹⁰

Zunächst einmal kann direkt im Zusammenhang mit dem Erlebnis bzw. kurzfristig danach eine Psychotraumatische Belastungsreaktion auftreten. Dazu gehören etwa Ängste und Schreckhaftigkeit, Schlafstörungen, Vermeidungsverhalten, Rückzugstendenzen, Leistungsstörungen.¹¹ Dies mildert sich oft in der Folgezeit allmählich ab. Ist das jedoch nicht der Fall oder steigert es sich sogar noch, so ist ab einem Zeitraum von etwa vier Wochen an das Vorliegen einer Posttraumatischen Belastungsstörung zu denken. Dazu gehören plötzlich auftretende Wiedererinnerungen (Flashbacks), halluzinationsartige Erlebnisse, Derealisations- und Depersonalisationszustände, Erinnerungsausfall bezüglich des traumatischen Ereignisses (Amnesie), Übererregbarkeit.¹²

Bekannt ist dabei auch Folgendes:

„Ein Mensch kann lange Zeit nach dem Trauma erst einmal gut funktionieren, so als hätte er das Trauma gut integriert, doch dann – etwa an einem Jahrestag des Traumas oder durch eine erneute Traumatisierung – bricht erst die PTSD aus.“¹³

Mitursachen können dabei frühe Gewalterfahrungen sein. Sie wirken sich erheblich auf die Bindungsfähigkeit und die sozialen Beziehungen aus.¹⁴ Das verringert die Kompensationsmöglichkeiten unter Umständen massiv.

¹⁰ Weiteres bei Michaela Huber aaO oder auch bei Bessem van der Kolk (2015), Reddemann (2026), Fischer und Riedesser (2021).

¹¹ Michaela Huber aaO, S. 68.

¹² Ebda., S. 69f, 112f.

¹³ Ebda.

¹⁴ Ebda., S. 87ff.

Zusätzlich sei hier benannt, dass Judith Herman im Zusammenhang mit besonders extremen Bedrohungen (KZ, Genozide, Folter, Geiselhaft) als weitere Kategorie ein Komplexes psychotraumatisches Belastungssyndrom eingeführt hat.¹⁵ Das ist heute weithin anerkannt, also auch in anderen Zusammenhängen.

Um auf Michaela Huber zurückzukommen: Die während der traumatischen Situation oft überlebenswichtigen Dissoziationsvorgänge führen aufgrund der genannten Verfestigungen unter Umständen zu massiven Identitäts- und Persönlichkeitsstörungen. Das sind einerseits die früher so genannten Multiplen Persönlichkeiten (heute wird dagegen zwischen verschiedenen Formen von Dissoziativen Störungen unterschieden¹⁶) und zum anderen tiefgreifende Veränderungen der Persönlichkeit (insbesondere Borderline-Syndrom).

Ein großer Vorzug von Michaela Hubers Buch wird an dieser Stelle besonders sichtbar. Bei aller Qualität der Darstellung beschränkt sie sich nicht auf die bloße Wiedergabe „objektiver Fakten“, sondern sie erlaubt sich auch notwendige kritische Anmerkungen. Im Zusammenhang mit Persönlichkeitsstörungen ist das besonders wichtig. Gerade hier gilt es zu berücksichtigen:

„Persönlichkeitsstörungen sind im Wesentlichen Störungen der Beziehungsfähigkeit.“¹⁷

Das hat Michaela Huber fett drucken lassen. Sie fährt fort:

Die Diagnosen „werden von Außenstehenden nach Beziehungsversuchen mit den Betroffenen (z.B. nach einem diagnostischen Aufnahmegespräch) gestellt – und vielleicht ist die ÄrztIn nur irritiert oder verärgert gewesen, hat etwas nicht verstanden; hinzu kam eine Selbstverletzung der PatientIn – und schon hat sie die Diagnose ‚weg‘.“¹⁸

¹⁵ Judith Herman (2018), S. 132ff. Siehe auch Fischer und Riedesser (2021), S. 53ff.

¹⁶ Ebda., S. 118ff.

¹⁷ Ebda., S. 117.

¹⁸ Ebda.

Gemeint ist insbesondere die Diagnose „Borderline“.

„Im Grunde will der Diagnostiker nur sagen: Diese Person ist so durch und durch instabil (...), dass es ein Teil ihrer Persönlichkeit geworden ist.“¹⁹

Damit aber kann die Betrachtungsweise später tätig werdender Fachleute sehr negativ geprägt werden. Am Ende sieht es dann so aus, wie Michaela Huber es hier beschreibt:

„Wer eine Persönlichkeitsstörungs-Diagnose bekommen hat, wird rasch bemerken, wie stigmatisierend das sein kann. Man gilt als ‚Borderliner‘, als ‚Narziss‘, als ‚Hysterikerin‘ (...), als ‚abhängige (dependente) Persönlichkeit‘ oder sogar als ‚antisoziale Persönlichkeit‘ (Krimineller) etc. Und jede Persönlichkeitsstörungs-Diagnose macht sozusagen durch die Hintertür die Betroffenen selbst für ihre Störung verantwortlich. Dabei haben unzählige Studien in den letzten Jahrzehnten eindeutige Ursache-Wirkungs-Zusammenhänge gezeigt: Traumatisierungen wie frühe Vernachlässigung, Verwahrlosung, körperliche, seelische und/oder sexuelle Gewalt erklären mehr als 80 Prozent aller Persönlichkeitsstörungsdiagnosen.“²⁰

Wir sind Michaela Huber sehr dankbar für diese klaren Worte. Was hier kritisiert wird, ist entgleister Dialog zwischen Hilfesuchenden und Fachleuten.

¹⁹ Ebda.

²⁰ Ebda., S. 118.

Ein weiteres Beispiel

Dazu passt folgende Erfahrung von Jürgen aus seiner Tätigkeit an der Erziehungsberatungsstelle. Innerhalb der intensiven Zusammenarbeit zwischen Jugendamt und verschiedenen Fachdiensten übernahm er es, mit einer Mutter zu arbeiten, deren vier Kinder im Heim untergebracht waren. Ließ sich die von ihr gewünschte Rückführung verantworten? Was sprach denn dagegen? Weder Aussagen der Kinder, des Heimpersonals noch der Zustand der Wohnung. Das Vorhandensein eines kleinen Kampfhundes? Der verwies wie in vielen Familien des „Problemviertels“ Hasenbergel eher auf tiefliegende Ängste der Besitzer:innen als auf echte Gefährlichkeit.

Drei „relevante“ Punkte stellten sich während der längerdauernden, vertrauensvollen Zusammenarbeit heraus: 1. Frau E. hatte sich von ihrem bigotten Elternhaus dadurch abzulösen versucht, dass sie für einige Zeit als Prostituierte arbeitete. 2. Vor ein paar Jahren war ihr die Diagnose „Borderline“ zuerteilt worden – in einer Kurklinik! 3. In der Sprechstunde eines prominenten ärztlichen Fachmanns „schaffte“ sie es, dass er sie hinauswarf. Hier scheint es zu Verwicklungen, wie von Michaela Huber beschrieben, gekommen zu sein. Die Klientin hatte den Arzt als abwertend erlebt, hielt das nicht aus, und folglich verschonte sie ihn nicht mit ihrem Eindruck. „Bestätigung“ der „Diagnose“ Borderline? Das war ein kippliger Punkt im Rückführungsprozess für die Kinder.

Schließlich kam die Familie wieder zusammen. Ohne die offene Zusammenarbeit mit der Mutter und zwischen den beteiligten Einrichtungen und Diensten wäre das nicht möglich geworden. Zugespißt auf die hier angesprochene Problematik: Wenn jemand in die Borderline-Schublade „gefallen“ ist, bedarf es unter Umständen größter Anstrengungen, ihm oder (meist) ihr aus den daraus resultierenden „Maßnahmen“ herauszuhelfen.

Wir befinden uns hier in einem Kernbereich gestörten Dialogs – aber auch von dessen Behebung.

Trauma und verstörende Lebenserfahrungen

Unsere bisherige Darstellung beschreibt Grundlinien dessen, wie Traumatisierungen entstehen und welche Folgen möglich sind. Man könnte jetzt meinen, ungefähr zu wissen, was ein Trauma „ist“: im Kern eine existenzbedrohende Erfahrung. Und traumatisiert wären dann alle die Menschen, die einem entsprechenden Ereignis ausgesetzt waren.

Hier liegt nun eine große Schwierigkeit. Der erste Punkt, die existenzbedrohende Erfahrung, stimmt auf jeden Fall. Aber kritisch wird es, sobald das Vorliegen einer Traumatisierung ausschließlich über das äußere Ereignis definiert würde. Nein, es ist die jeweilige Erfahrung, die zählt. Sie aber hat nur zum Teil mit dem Ereignis zu tun, zum anderen mit der inneren Verarbeitung, mit dem Stand der Ressourcen oder umgekehrt den bereits bestehenden Verletzungen. Hier geht es um die subjektiven Faktoren bei der Entstehung einer Traumatisierung.

Von daher hat Michaela Huber eine außerordentlich wichtige Unterscheidung getroffen: nämlich zwischen Trauma und, wie sie es nennt, belastenden Lebensereignissen.²¹ Bei Letzteren hat die attackierte Person noch etwas machen können, zum Beispiel sich erfolgreich gewehrt. Dann mag sie geschockt sein, doch sie hat in ausreichendem Maß den Überblick behalten und sich wahrscheinlich auch – sehr wichtig – anschließend Vertrauenspersonen gegenüber mitteilen können. Sie wird das Ereignis wahrscheinlich nie vergessen, aber sie wird sich klar daran erinnern können, und es werden eher keine posttraumatischen Störungen auftreten.

Allerdings finden wir die Bezeichnung „belastendes Lebensereignis“ etwas unlogisch. Wie zuvor dargestellt, verweist Michaela Huber, wie auch andere Traumaforscher, auf die Wichtigkeit der subjektiven Faktoren beim Zustandekommen eines Traumas. Jetzt aber stellt sie an dieser Stelle das Ereignis ins Zentrum. Das leuchtet uns

²¹ Michaela Huber aaO, S. 37ff.

nicht ein. Deshalb möchten wir lieber von einer *Lebenserfahrung* sprechen.

Sodann finden wir das Wort „belastend“ in diesem Zusammenhang problematisch. Es umfasst ein riesiges Spektrum an möglichen Inhalten. Vieles davon hat mit Trauma nichts zu tun. Belastungen kommen ständig vor im Leben. Also verwenden wir lieber die Bezeichnung *verstörende Lebenserfahrungen*.

Insgesamt geht es bei diesen Differenzierungen darum, eine starre Koppelung von Ereignis und zugeschriebenem Trauma zu lockern. Wie wichtig es ist, unterschiedliche Verarbeitungsweisen mit einzubeziehen, möchten wir mit den folgenden drei Beispielen erläutern.

Erstes Beispiel: Ein Ereignis, aber unterschiedliche Folgen

Wir denken an zwei Geschwister, die im kindlichen Alter ihre Eltern durch einen Verkehrsunfall verloren. Erst Jahrzehnte später stellten sie im Gespräch fest, dass sich dieses furchtbare Ereignis sehr unterschiedlich bei ihnen „eingegraben“ hatte. Die Ältere konnte sich an viele Einzelheiten von damals erinnern, beim Jüngeren dagegen lag alles „wie im Nebel“. Das eine Geschwister war also, wie sich auch an anderen Details zeigte, traumatisiert. Doch auch das andere litt massiv und ebenfalls über viele Jahre, aber ohne den Verlust von Erinnerungen. Das entsprach also eher dem, was Michaela Huber als belastendes Lebensereignis bezeichnen würde.

Wo lagen die Ursachen für diesen großen Unterschied in der Verarbeitung? Der (relativ geringe) Altersunterschied mochte mitgespielt haben oder auch Vorbelastungen auf der einen und größerer sozialer Rückhalt auf der anderen Seite. Doch bei dem nicht traumatisierten Geschwister nur von einer belastenden Lebenserfahrung zu sprechen, empfänden wir als zu schwach. Von daher ziehen wir die Bezeichnung *verstörende Lebenserfahrung* vor.

Zweites Beispiel: Die Entdeckung der Salutogenese

Auf einer Tagung lernte Jürgen Anfang der 1990er Jahre den Psychiatrieprofessor Benjamin Maoz aus Beer Sheva in Israel kennen. Unter Einbeziehung der Ehefrauen entstand eine langjährige Freundschaft. Bei einem seiner Besuche kam Benjamin Maoz auf die folgende Erfahrung zu sprechen. Als junger Arzt war er an einer wissenschaftlichen Untersuchung beteiligt gewesen. Man wollte erforschen, wieweit Wechseljahrsbeschwerden durch seelischen Stress aus länger zurückliegender Zeit mitbedingt wären. Was lag in Israel näher, als dafür zwei Gruppen von Frauen zu vergleichen, von denen die einen Shoah-Überlebende waren und die anderen nicht. Das Ergebnis fiel aus wie erwartet: Die Ersteren wiesen ein höheres Maß an akuten Störungen auf.

Bei diesem eindeutigen Ergebnis hätte man es nun bewenden lassen können. Doch da kam der beteiligte Medizinsoziologe Aaron Antonovsky auf eine geniale Idee. Er schaute nicht nur auf die siebenzig Prozent der Frauen, bei denen offensichtlich ein Zusammenhang zwischen der Verfolgungserfahrung und ihren aktuellen Wechseljahrsbeschwerden bestand, sondern er richtete den Blick auf jene dreißig Prozent, für die das nicht galt. Wie hatten sie die Hölle ihrer Vergangenheit so hinter sich lassen können, dass jedenfalls die Forschungsinstrumente keine Beeinträchtigung im Zusammenhang mit dem Klimakterium anzeigten? Das war doch mehr als erstaunlich!

Aus dieser, wie Benjamin Maoz bewundernd hervorhob, genialen Umkehrung der gewohnten Sicht kam Antonovsky zu seinem mittlerweile bekannten Konzept der Salutogenese. Dieses befasst sich nicht mit der Pathogenese, der Entstehung von Störungen, sondern dem Gegenteil, der Aufrechterhaltung von Gesundheit. Zentral für dieses Konzept ist der „Kohärenzsinn“. Damit wird der Zusammenhalt von Selbst oder Persönlichkeit beschrieben. Genau dies aber ist bei Traumatisierungen beschädigt.

Das Gleiche gilt für die von Antonovsky definierten Unterdimensionen: Verstehbarkeit, Handhabbarkeit, Bedeutsamkeit. Erstere beziehe sich

„auf das Ausmaß, in welchem man interne und externe Stimuli als kognitiv sinnhaft wahrnimmt, als geordnete, konsistente, strukturierte und klare Information.“²²

Handhabbarkeit beschreibt Antonovsky

„als das Ausmaß, in dem man wahrnimmt, dass man geeignete Ressourcen zur Verfügung hat, um den Anforderungen zu begegnen, die von den Stimuli, mit denen man konfrontiert wird, ausgehen. (...) Wer ein hohes Ausmaß an Handhabbarkeit erlebt, wird sich nicht durch Ereignisse in die Opferrolle gedrängt oder vom Leben ungleich behandelt fühlen.“²³

Bedeutsamkeit schließlich (oder auch Sinnhaftigkeit) sah Antonovsky als die vor allem motivationale Komponente an. Macht etwas Sinn im Leben? Wird es als Herausforderung erlebt? Liegt es jemandem am Herzen?²⁴

Schon diese wenigen Hinweise machen deutlich: Salutogenese beschreibt ganz viel davon, was bei Traumatisierungen beschädigt wird. Besonders deutlich belegt dies die Dimension der Handhabbarkeit (manageability). Denn Trauma beinhaltet ja zentral die Erfahrung völligen Ausgeliefertseins, extremer Ohnmacht.

Solchen zutiefst ohnmachtserzeugenden Situationen waren zweifellos auch jene dreißig Prozent der Frauen ausgesetzt. Nur verfügten sie wohl über innere Ressourcen, die eine Traumatisierung im engeren Sinne verhinderten. Doch gleichwohl war das, was sie zu erleiden hatten, grausig. Deshalb, so meinen wir, passt hier am ehesten eine Bezeichnung wie *verstörende Lebenserfahrungen*.

²² Aaron Antonovsky (1997), S. 34.

²³ Ebd., S. 35.

²⁴ Siehe ebd.

Ein drittes Beispiel: Familiäre versus äußere Gewalt

Der bedeutende amerikanische Psychoanalytiker und Kindheitsforscher Henri Parens, selber als Zwölfjähriger nur knapp der Shoah entronnen, während der seine beiden Eltern ermordet wurden, schrieb diese erstaunlichen Sätze:

„Ich bin ein Holocaust-Überlebender. Mein Respekt ist groß für alle, die durch die Hand degenerierter Menschen so gelitten haben. Dennoch halte ich die psychische Schädigung für gravierender, die aus Abstoßung, Vernachlässigung oder Misshandlung durch die eigenen Eltern während der Entwicklungsjahre hervorgeht. Die Gründe für diese Behauptung: Eine Verletzung durch die eigenen Eltern schmerzt mehr als jede andere, und die Familie ist der Ort, an dem aus unseren genetischen Anlagen unsere Persönlichkeit geformt wird. (...) Wer die unermessliche Verletzung verursacht, bestimmt in hohem Maße die Stärke des damit verbundenen Schmerzes.“²⁵

Parens hat beides intensiv mitbekommen, persönlich den Holocaust und in seiner beruflichen Forschung als zentrales Thema Vernachlässigung in der Familie.

Zunächst floh er 1940 nach dem deutschen Überfall mit seiner Mutter und vielen anderen Juden aus Brüssel nach Frankreich. Dort richteten sie sich notdürftig auf dem Land ein – mussten dann aber in ein erstes und nach einiger Zeit noch schlimmeres Internierungslager in Vichy-Frankreich. Die Mutter bekam Kontakt zu einer jüdischen Hilfsorganisation und brachte den Jungen dazu, allein, also ohne sie, nach Marseille zu fliehen. Das gelang. Schließlich konnte er mit einem der letzten Kindertransporte nach Amerika flüchten, wurde freundlich von einer Pflegefamilie aufgenommen, lernte die neue Sprache, besuchte Schule und Universität, wurde Arzt. Aber:

²⁵ Henri Parens (2017), S. 269.

Seine Mutter wurde von den Nazis ermordet. Eindeutig erfuhr er das erst viel später, 1953. Seitdem war jedes Jahr das Datum ihres Abtransports aus dem Lager, dem ein vergeblicher Fluchtversuch vorausgegangen war, ein Tag des tiefen Schmerzes und des Rückzugs, auch von seiner Familie.

Seine Mutter und er haben sich so sehr geliebt. Sie hat ihm Sicherheit gegeben für sein ganzes Leben. Und so hängt seine erstaunliche Formulierung wohl auch mit dieser Erfahrung zusammen. Er hat die Shoah in völlig beklemmender Weise erlitten – aber die tragende Bindung zur Mutter und die durch sie vermittelte Grundicherheit wurden nicht zerstört.

So kann man im Sinne der zuvor getroffenen Unterscheidungen vermuten, dass Henri Parens nicht im engeren Sinne traumatisiert war, wohl aber zutiefst verstörende Lebenserfahrungen mit sich trug.

Die andere Seite, die ihn zu jener Feststellung kommen ließ, waren seine beruflichen Erfahrungen als Psychiater und Psychoanalytiker, beides sowohl für Erwachsene als auch für Kinder. Er initiierte ein intensives Forschungsprojekt zur kindlichen Entwicklung. Es ging, damals ein weitgehend neues Thema, um die Verbindung zwischen Mutter-Kind-Beziehung und dem Gedeihen des Kindes. Darin steckte sein Lebensthema, wie er aber erst viel später realisierte.

„Ich bin nicht der einzige Holocaust-Überlebende, der diese Ansicht vertritt“²⁶, dass also in der Familie erlittene Traumatisierungen unter Umständen schlimmer sein könnten, als den Horror der Verfolgung erlitten zu haben. Das sagte der selbst so sehr getroffene Forscher.

²⁶ Ebd., S. 126.

Fragen, Widersprüche, Perspektiven

Was Parens in aller Freundlichkeit vor uns hingestellt hat, ist eine radikale, eine aufwühlende Sicht.

Können wir sie so stehen lassen?

Hier wie auch in den vorhergehenden Beispielen zeigt sich ein enormes Spannungsfeld rund um Trauma. Viele Widersprüche und Unsicherheiten tauchen auf, wenn wir nicht mehr Ereignis und Trauma automatisch aneinanderkoppeln, vielmehr die jeweilige innere Verarbeitung mitberücksichtigen.

Wir sind uns bewusst, dass diese Differenzierung einer Verwässerung und Inflationierung des Traumakonzepts Vorschub leisten kann. „Ich bin traumatisiert“, lässt sich dann leicht behaupten auch von Menschen, die aus dieser Selbstzuschreibung Vorteile ziehen wollen, bewusst oder unbewusst. Hier liegt ein wichtiger Grund, warum wir zurückhaltend sind in der Verwendung des Traumbegriffs. Deshalb halten wir fest: Im Zentrum von Trauma steht die existenziell bedrohliche Gefährdung, und dies ganz besonders, wenn sie durch andere Menschen erfolgt ist. Dafür ist die Shoah die extreme Zuspitzung. Das aber schließt nicht aus, die chronisch kumulierende Erfahrung von extrem vernachlässigten und misshandelten Kindern danebenzustellen, wie Parens es getan hat – sofern es nicht der Verleugnung dient.

Wir haben es hier mit Widersprüchlichkeiten zu tun, die sich nicht auflösen lassen. Dem werden wir noch öfter begegnen.

Was meinen Sie, die Leserinnen und Leser?

II. Dialog statt Trauma

Umgehen mit Widersprüchen

„Sollen wir des Mutes ermangeln, diese innere Gegensätzlichkeit auszuhalten und den Widersprüchen in Erleben und Verständnis die Stirn zu bieten? Nur das Zusammengesetzte, Widersprüchliche ist wahr, (...); einfach und einheitlich sind ja eigentlich bloß die Lüge und die Täuschung.“¹¹⁵

Dieser Satz des Psychoanalytikers Léon Wurmser ist seit Langem eine unserer Landmarken. Nicht-Zulassen von Widersprüchlichkeit führt in die Lüge. Das ist ein individuell und politisch brisantes Thema. Wir Menschen sind zutiefst von Widersprüchen bestimmt. Erst recht sind schwierige Wirklichkeiten, innere und äußere, voll davon. Dies beseitigen zu wollen, hieße die Komplexität des Lebens zu negieren. Genau darum aber geht es, wenn Menschen traumatisiert werden. Widersprüchliches und Widersprechen sollen eliminiert werden.

Menschen im Widerspruch

In einem Buch des österreichischen Widerstandskämpfers Jean Améry finden sich zwei Aussagen, die zunächst völlig widersprüchlich scheinen:

¹¹⁵ Wurmser (1989), S. 514.

„Wer der Folter erlag, kann nicht mehr heimisch werden in der Welt. Die Schmach der Vernichtung lässt sich nicht austilgen. Das zum Teil schon mit dem ersten Schlag, in vollem Umfang aber schließlich in der Tortur eingestürzte Weltvertrauen wird nicht wiedergewonnen. Dass der Mitmensch als Gegenmensch erfahren wurde, bleibt als gestauter Schrecken im Gefolterten liegen: Darüber blickt keiner hinaus in eine Welt, in der das Prinzip Hoffnung herrscht. Der gemartert wurde, ist waffenlos der Angst ausgeliefert. Sie ist es, die fürderhin über ihm das Szepter schwingt.“¹¹⁶

Also handelt es sich beim gefolterten Menschen um einen in extremer Weise Traumatisierten. Doch derselbe Améry widerspricht an späterer Stelle einer solchen Einordnung:

„Die scheinbar richtige Begriffsbestimmung wird falsch durch die Unterschlagung eines unerlässlichen Zusatzes, der da heißen müsste: (...) er (der Verfolgte; Anm. J.M-H) erwartet mit guten Gründen jederzeit eine neue Katastrophe. (...) Ich (...) bin nicht traumatisiert, sondern stehe in voller geistiger und psychischer Entsprechung zur Realität da. Das Bewusstsein meines Katastrophen-Judeseins ist keine Ideologie. (...) Ich erlebe und erhele in meiner Existenz eine geschichtliche Realität meiner Epoche.“¹¹⁷

Was Améry hier vor uns hinstellt, umreißt in aller Schärfe den in unserer Sicht massivsten Widerspruch im Zusammenhang mit dem Traumathema. „Der Mitmensch als Gegenmensch“, „eingestürztes Weltvertrauen“, „waffenlos der Angst ausgeliefert“ – und auf der anderen Seite: „Ich bin nicht traumatisiert.“

Wie ist das zu verstehen? Améry gibt selbst die Erklärung, indem er auf die gesellschaftliche, die „geschichtliche Realität“ verweist,

¹¹⁶ Jean Améry (1977), S. 73.

¹¹⁷ Ebda., S. 154.

die hinter seinen Erfahrungen steht. Sie gilt es gleichzeitig wahrzunehmen, wenn vom Trauma der Verfolgten die Rede ist.

Deshalb hat sich Améry skeptisch zu den andererseits ja berechtigten Begriffen wie „KZ-Trauma“ oder „Überlebenssyndrom“ geäußert. Übermäßig sich auf solche individualisierenden Begriffe zu fokussieren, brächte die Gefahr mit sich, die für die Traumatisierung entscheidenden Faktoren aus Politik und Gesellschaft zu übersehen.

Hier weist Améry also, ähnlich wie wir es im vorhergehenden Kapitel beschrieben haben, auf die Gefahr einer Psychologisierung des Traumakonzepts hin, bei der historisch-gesellschaftliche Realitäten in Gefahr sind, bereits durch ein verengtes Begriffsverständnis ausgeblendet zu werden.

Wir können bestätigen: Ähnliches galt auch für alle ehemaligen KZ-Häftlinge, die wir kennengelernt haben. Dieser Begriff gehörte auf jeden Fall nicht zu ihrer Selbstbeschreibung. Gleichwohl haben einige von ihnen uns Schwierigkeiten anvertraut, die üblicherweise zu den typischen Traumafolgen gezählt werden. Aber im Vordergrund stand für sie die Beschreibung der von ihnen erlebten Weltzerstörung, der Welt, an der sie teilgehabt hatten, sei es als Juden, Sinti, Roma, Menschen des Widerstands, Homosexuelle...

Widersprüchlichkeit und Dialog

Wiedergewinnen des eigenen Lebens gerade angesichts von traumatischen Erfahrungen geht wohl nicht, ohne dass denen widersprochen wird, die so attackiert haben. Das hat Jean Améry in aller Klarheit vor uns hingestellt. Und das ist eine Kerndimension von Dialog und durchzieht die ganzen folgenden Darlegungen.

Extremen Schmerz zu überwinden helfen

Fast ertrunken

„Ich rufe Sie an, weil neulich bei Ihrem Vortrag, da wäre ich beinahe hinausgerannt – und darüber möchte ich gern mit Ihnen persönlich sprechen. Ist das möglich?“ Dieser atemlos klingende Telefonanruf wurde der Beginn einer mehrjährigen Therapie.

Was war der Grund gewesen für diese ungewöhnlich heftige Reaktion? Frau K. sagte: Als Jürgen auf die Arbeit mit Markus und seiner Familie zu sprechen kam¹¹⁸ und dabei die Suizidneigung des sechsjährigen Jungen ansprach, habe sie von einem Moment auf den anderen den Boden unter den Füßen verloren. Nur die Angst, Aufsehen zu erregen, hielt sie an ihrem Platz. Aber es war schrecklich. Zugleich sei ihr sofort klar gewesen, jetzt müsse sie etwas tun. Wieso?

Bevor sie das schildern konnte, brauchte sie einige Vergewisserungen, ob sie hier wirklich sicher war und ob ihr tatsächlich zugehört würde. Und ob es wohl als glaubhaft aufgenommen würde, was sie zu berichten hatte.

Im Alter von etwa drei Jahren habe sie sich in der Badewanne zu ertränken versucht. Und das sei ihr wieder hochgekommen bei dem Vortrag. Auf die dann doch überraschte Nachfrage, ob sie das wirklich so erinnere, antwortete sie, das sei von ihrer Tante wiederholt berichtet worden. Diese nämlich war es, die ihren Kopf aus dem Wasser zog. Sie sei eher zufällig dazugekommen, während die Mutter sich gerade in der Küche zu schaffen machte. „Meine Mutter hat doch nie etwas gemerkt von mir!“ Dunkel könne sie sich selbst an die Szene erinnern. Auf jeden Fall entstehe bis heute in schwierigen

¹¹⁸ Siehe Kapitel *Transgenerationalles Weiterwirken*.

Situationen ein Zustand in ihr, einfach nur noch untertauchen zu wollen. So wie bei dem Vortrag? Ja, genau so.

Das Bild, das sich in der Folgezeit entfaltete, war das einer extremen emotionalen und physischen Vernachlässigung von der Babyzeit an. Dies klaglos zu ertragen, hatte sie von Anfang an gelernt. „Es ist mir doch nichts anderes übriggeblieben. Was hätte ich denn tun können?“ Die klaren Erinnerungen an haarsträubende Erfahrungen auch noch in der Jugend bestätigten ihre dunklen Empfindungen über die ersten Jahre und ließen es als sehr plausibel erscheinen, dass es sich damals in der Badewanne tatsächlich um einen Versuch gehandelt hatte, aus dieser Welt zu verschwinden.

Offensichtlich war der in Frau K. zusammengeballte Schmerz beim Vortrag eruptiv zum Ausbruch gekommen. Wie sich in der weiteren Arbeit zeigte, muss er so extrem gewesen sein, dass er für Jahrzehnte hinter einem Schleier von Depressivität, einem Grundgefühl der Vergeblichkeit verschwand. Auch in der Therapie konnte er nur in kleinen Portionen zum Vorschein kommen.

Dabei ging es nicht darum, im Sinne etwa von Arthur Janovs vor Jahrzehnten populärer Urschreithherapie vor allem darauf zu setzen, den extremen Schmerz sich heftig entladen zu lassen. Vielmehr stand im Mittelpunkt der Aufbau von Vertrauen, erst einmal zum Therapeuten, dann auf diesem Boden in neuer Weise zu sich selbst und zu den eigenen Gefühlen, Wahrnehmungen, Impulsen. So endlich konnte einiges von dem riesigen Schmerz im gemeinsamen Raum Platz finden und sich ganz allmählich überwinden lassen, wenn auch wahrscheinlich niemals ganz vollständig.

Extremer Schmerz, Trauma, Wege...

Schmerz und Angst in unaushaltbarer Intensität sind die entscheidenden Kräfte hinter all dem, was in uns durch Traumatisierungen und bei verstörenden Lebenserfahrungen geschieht und was die gan-

zen Folgeerscheinungen, all die Notprogramme prägt. In den Berichten von Traumatisierten und massiv Verstörten klingt das immer wieder an.

Wir möchten dazu einen Autor zu Wort kommen lassen, der beides ist, direkt Getroffener und Fachmann. In Henri Parens' bereits zitiertem Buch *Heilen nach dem Holocaust*¹¹⁹ gibt es ein Kapitel über extremen psychischen Schmerz. Dort steht zu lesen:

„Da, wo der Schmerz das Erträgliche übersteigt, die Psyche in Schock versetzt, das Gehirn und den Körper außer Gefecht setzt, wie ein Blitz unauslöschlich einschlägt: Dort wird der Schmerz augenblicklich zu einem Teil von uns. (...) Oft ist es eine Serie von Körper und Geist verstörenden Ereignissen, wobei jedes weitere Ereignis die Erfahrung des Leids noch tiefer in das Gehirn und die Psyche einbrennt. Die Bewältigungsstrategien, die wir zum Überleben solcher Ereignisse mobilisieren, werden zu einem Teil von uns.“¹²⁰

Parens sagt das auch aus eigener Erfahrung. Zugleich betont er die andere Seite, nämlich dass Menschen dem etwas entgegensetzen können. Er nennt prominente Beispiele von Primo Levi über Beethoven bis zu Martin Luther King. Und mit Blick auf sich selbst hat er es so ausgedrückt:

„Natürlich kannte ich (...) den Schmerz im Übermaß. Und später, als ich meinen Weg zur Medizin einschlug, wollte ich helfen, Kindern die Wunden zu heilen, insbesondere die durch intensiven emotionalen Schmerz verursachten Wunden. Ich nehme an, dass mein Weg von der eigenen Erfahrung des extremen psychischen Schmerzes bis hin zur Heilung von verletzten Kinderpsy-

¹¹⁹ Siehe die Kapitel *Trauma und verstörende Lebenserfahrungen* sowie *Parentifizierung, falsche Schuld- und Schamgefühle*.

¹²⁰ Henri Parens (2017), S. 127.

chen irgendwann im Laufe der Ereignisse in meinem Gehirn angelegt worden ist. Dessen war ich mir, während sich diese Anlage entfaltete, nicht bewusst.“¹²¹

Um diesen von Henri Parens angesprochenen Weg geht es auch für uns: Perspektiven zu finden, die aus tiefem, oft eingekapseltem Schmerz und damit verbundener Isolation eventuell hinausführen in hilfreiches Miteinander.

Dialog und Selbstreflexion

Selbstreflexion ist ein Dreh- und Angelpunkt unseres Buches. Ohne sie wird Dialog zur Farce. Was „ist“ nun Selbstreflexion?

Sigmund Freud

Dazu steht uns seit vielen Jahren das folgende Zitat vor Augen. Es stammt aus Sigmund Freuds *Traumdeutung* und schließt seine ausführliche Analyse eines eigenen Traums (Irmas Injektion) ab, in der er sich selbst nicht ausklammerte. Es war das erste Fachbuch, das Jürgen mit 19 Jahren am Beginn seines Psychologiestudiums las. Er war erstaunt und tief berührt angesichts der hier gezeigten Offenheit.

Freuds Resümee an dieser Stelle lautete:

„Ich will nicht behaupten, dass ich den Sinn dieses Traumes vollständig aufgedeckt habe, dass seine Deutung eine lückenlose ist. Ich könnte noch lange bei ihm verweilen, weitere Aufklärungen aus ihm entnehmen und neue Rätsel erörtern, die er aufwerfen heißt. Ich kenne

¹²¹ Ebda., S. 128.

selbst die Stellen, von denen aus weitere Gedanken-
zusammenhänge zu verfolgen sind; aber Rücksichten, wie
sie bei jedem eigenen Traum in Betracht kommen, halten
mich von der Deutungsarbeit ab. Wer mit dem Tadel für
solche Reserve rasch bei der Hand ist, der möge nur
selbst versuchen, aufrichtiger zu sein als ich. Ich begnüge
mich für den Moment mit der einen neu gewonnenen Er-
kenntnis: Wenn man die hier angezeigte Methode der
Traumdeutung befolgt, findet man, dass der Traum wirk-
lich einen Sinn hat und keineswegs der Ausdruck einer
zerbröckelten Hirntätigkeit ist.“¹²²

Selbstreflexion in diesem Sinne ist also orientiert auf Ziele, auf Mit-
teilungen an andere. Sie hält durchaus Maß, wird nicht zum Selbst-
zweck oder überhöht sich zur Heldenpose. Sie nimmt Rücksicht auf
sich und andere. Das ändert aber nichts an ihrer kritischen Richtung.
Dies alles sind für uns Kernmerkmale für gelingenden Dialog.

Dachau, ein Ort auch für Selbstreflexion

1982 zogen wir um – nach Dachau. In München war uns die Woh-
nung gekündigt worden. In Dachau fand sich etwas Passendes für
die Patchworkfamilie. Eigentlich wollten wir nicht mehr in eine
Kleinstadt. Und dann gerade diese? Mit dieser Vergangenheit? „Wir
sagen nicht ‚Nein‘, aber dann befassen wir uns mehr damit.“ Das
haben wir tatsächlich getan. Wir klinkten uns ein in die damals ge-
rade erst aufkommenden bürgerschaftlichen Aktivitäten zur Zeitge-
schichte, lernten ehemalige Häftlinge kennen – und unsere eigenen
Verdrängungen und Verleugnungen. Wir forschten nochmals nach
über unsere Familien ehemaliger „Mitläufer“. Durch diese persönli-
che Selbstreflexion öffnete sich auch der Blick in Richtung auf un-
sere Berufsfelder. Hier entdeckten wir viele Zusammenhänge mit
der NS-Zeit und dem Zweiten Weltkrieg.

¹²² Sigmund Freud (1900), S. 126.

Zugleich waren wir erschreckt darüber, welch heftige Grabenkämpfe in Dachau über viele Jahre herrschten. Inzwischen aber versteht diese Stadt sich als Lernort, und die vielfältigen Aktivitäten zur Zeitgeschichte arbeiten gut zusammen. Das wäre nicht möglich, wenn immer noch bevorzugt mit dem Finger auf die jeweils anderen gezeigt würde – was angesichts des Horrors der Vergangenheit und andererseits der Herausforderungen der Gegenwart durchaus verständlich sein kann. Dass sich solche Grabenkämpfe überwinden ließen, wäre ohne eine gehörige Portion Selbstreflexion sicherlich nicht möglich geworden. Wir für unseren Teil haben das jedenfalls so erlebt.

Ein bemerkenswertes Buch

Immer wieder wünschen Menschen es sich, dass Verursacher von Leid, speziell Eltern, ihnen gegenüber zugeben, was sie ihnen angetan haben. Sie möchten einen Dialog über die schwierige Vergangenheit. Doch wieder und wieder kommt er nicht zustande.

An dieser Stelle denken wir aber auch an Menschen, die anders damit umgegangen sind. Zugleich werden die damit verbundenen Schwierigkeiten deutlich in dem folgenden Bericht, bei dem es um Hintergründe aus NS-Zeit und Krieg geht.

Es war nur ein kleiner Zeitungshinweis. Seine Überschrift stieß Jürgen eher ab: „Lesung aus einem Kriegstagebuch“. ¹²³ Der sofort genannte Titel des besagten Buches hinderte allerdings am Weiterblättern: „Aber du warst doch Soldat – War ich nicht auch ein Christ?“ Das klang ungewöhnlich und spannungsvoll. Also las Jürgen weiter. Und dann: Den hier genannten Autor haben wir beide gekannt. Es war Dr. Josef Kurz, langjähriger Direktor des Münchener Luisen-Gymnasiums, das zwei unserer Söhne besucht haben. Wir sehen ihn noch vor uns: ein Mann, der keinen besonderen Wert

¹²³ Süddeutsche Zeitung, 8. 5. 2019, S. R 7.

auf Äußerliches legte. Aber als Pädagoge, Persönlichkeit und Organisator bedeutender Aktivitäten entwickelte er große Leuchtkraft weit über seine Schule hinaus. Er beeindruckte uns sehr.

Und jetzt, dieser ältere Mann, an dessen unscheinbare graue Anzüge wir uns erinnern, war also im Krieg gewesen als Soldat? Und wie stellte er sich später dazu? Das wollte Jürgen genauer wissen, besorgte das Buch antiquarisch und zwei weitere für die Söhne. Sofort als er es erhielt, blätterte er hinein, las den Anfang, war berührt von einer ehrlichen Darstellung, aber auch etwas enttäuscht:

„Ich bin einer von Tausenden vom Jahrgang 1924. (...) Beim ‚Ausmisten‘ stieß ich im Keller auf einen alten Leitzordner ‚Briefe aus dem Krieg – 1942-1945‘. Es waren Briefe, die ich während des Krieges nach Hause, vor allem an meine Mutter und meine beiden Geschwister geschrieben habe, und auch einige Briefe, die ich erhalten habe. (...) Ich stand (...) schon vor der Papiertonne.“¹²⁴

Also „entsorgen“ wollte Dr. Kurz das? Dann las er doch darin, blieb aber noch bei seinem Vorhaben, die Briefe zu beseitigen. Erst seine Geschwister konnten ihn davon abhalten, nicht zuletzt mit dem Hinweis, er sei doch Historiker.

Ja, das fragten wir uns auch. Wie konnte dieser verdienstvolle, integre Mann derartige Briefe so lange „vergessen“, also verdrängen und sie jetzt umstandslos beseitigen wollen? Und dann bedurfte es zusätzlich der Nachfrage eines Freundes, damit ihm wieder einfiel, dass er damals ein Tagebuch geführt hatte. Nochmals also zeigte sich das Wirken von Verdrängung.

¹²⁴ Josef Kurz (2003), S. 9.

„Ich kramte in meinem Schreibtisch nach und entdeckte es. Warum eigentlich hatte ich es so tief versenkt, dass ich es fast vergessen hatte?“¹²⁵

Was hieß das überhaupt, er hätte es „vergessen“? Dazu findet sich ein interessanter Hinweis, der einiges von dem Vorgang des seinerzeitigen Wegschiebens beleuchtet. Das war kein hundertprozentiges Verdrängen. Wissen bestand durchaus weiter, aber es sollte bitte keine Rolle spielen.

„Ich wollte über das, was ich im Krieg erlebt hatte, nicht mehr viel sprechen, möglichst wenig davon wissen. Kein Erinnerungstreffen der früheren militärischen Einheiten hat mich jemals gesehen. Ich fürchtete die Erzählungen von Kriegserlebnissen in Stammtischmentalität. Wenn ich gelegentlich im Familienkreis zu erzählen begann, beruhigte mich meine Frau: ‚Hör auf damit, sonst kannst Du wieder nicht schlafen‘.“¹²⁶

Wohl aber behandelte er, anders als viele seiner Kollegen, NS-Zeit und Krieg schon früh in seinem Unterricht.

Jürgens Anflug von Enttäuschung war schnell vorüber. Also las er so bald wie möglich und mit großem Interesse die nächsten hundert Seiten. Josef Kurz stammte aus einer katholischen Arbeiterfamilie.

„Dort war schon vom Stand her die Empfänglichkeit für die Nazi-Phrasen geringer. Als ab 1933 immer mehr Mädchen und Buben in die Hitlerjugend eintraten, widersetzten sich unsere Eltern entschieden diesem Sog. Stattdessen kam ich wie schon vorher meine Schwestern im Mai 1934 in eine Jungschargruppe der katholischen Jugend in meiner Heimatpfarrgemeinde in Sankt Bonifaz in München. Dort wurde ich auch Ministrant.“¹²⁷

¹²⁵ Ebda.

¹²⁶ Ebda., S. 10.

¹²⁷ Ebda., S. 14.

Trotzdem infiltrierte ihn, wie er offen schreibt, die NS-Ideologie in mancherlei Hinsicht. Es entwickelte sich eine gewisse Mischung von religiösem Glauben und einem Eintauchen in den nationalistischen, teilweise auch den nationalsozialistischen Zeitgeist. Das durchzieht die Briefe aus dem Krieg, für den er nach damals üblichem „Notabitur“ mit 18 Jahren im Oktober 1942 die Einberufung zur Wehrmacht erhielt. Zugleich nimmt es den Atem, wenn man auf diesen einhundert Seiten liest, was er dort alles durchmachen musste. Dem Tod ist er mehrmals nur äußerst knapp entronnen.

Aber nichts davon war dem Dr. Josef Kurz, wie wir ihn kennengelernt haben, anzumerken gewesen, keine Anflüge selbstmitleidiger Larmoyanz oder pathetischer „Vaterlandsliebe“. Und so war Jürgen dann nicht mehr überrascht, als er seine Schlussfolgerungen las. Dort antwortet er auf eine selbstgestellte Frage, die ihm trotz aller beruflichen Beschäftigung mit NS-Zeit und Krieg nie zuvor gekommen war. Es wirkt beklemmend und bewegend zugleich, dass es dafür so lange gebraucht hatte:

„Wussten wir Soldaten damals eigentlich, wofür wir kämpften? Wussten wir das, als wir so naiv von ‚Vaterland‘, ‚Heimat‘, ‚unserem Land‘ sprachen? (...) Heute aber können wir es wissen, wenn wir es wissen wollen. Es bleibt für mich die bittere Tatsache:

Wir haben mindestens indirekt für die Erhaltung des nazistischen Systems gekämpft. Damit haben wir dafür gekämpft,

- dass hinter unserem Rücken die Konzentrationslager bestehen bleiben konnten;
- dass sechs Millionen Juden vernichtet wurden;
- dass Tausende von Menschen, die als ‚lebensunwertes Leben‘ galten, liquidiert wurden.

Da habe ich mitgetan. (...) Verdanke ich mein Leben der Tatsache, dass ich ‚dafür‘ gekämpft habe? Das ist das, womit ich so schwer fertig werde.“¹²⁸

¹²⁸ Ebda., S. 148.

Zuvor hatte er es noch deutlicher ausgedrückt: „Das ist das, womit ich nicht fertig werde.“¹²⁹

Dieser mit Gewissen behaftete, sich selbst kritisch reflektierende Mann hat sein bewegendes Buch mit diesen Worten beendet:

„Ich frage mich heute als kritischer Christ, ob wir Soldaten von damals mit unserer Bereitschaft, das große Opfer zu bringen, nicht doch dem NS-System mit all seinen Entartungen stark zugearbeitet haben.

„Aber Du warst doch Soldat!“
War ich nicht auch ein Christ?“¹³⁰

Das ist Selbstreflexion in einer Weise, wie auch Freud sie geübt hat: Klar und offen, aber nicht zu etwas Idealem geglättet. Davon hat es wenig gegeben nach 1945. Das wirft bis heute einen großen Schatten über das Leben in unserem Land. Josef Kurz hat eigentlich doch „nur“ gemacht, was so viele andere hätten tun sollen.¹³¹

Ein Workshop

Wenn es um den Umgang mit eigenen Tendenzen in Richtung Antisemitismus geht, denkt Jürgen an eine Berliner Tagung von 2006 zurück, für die er um ein Fachforum zu diesem schwierigen Thema gebeten wurde. „Der Antisemitismus in mir“, so lautete die Ausschreibung. Wie Jürgen auch aus eigener Erfahrung weiß, handelt es sich hier um ein wichtiges Feld für Selbstreflexion. Deshalb sagte er sofort zu. Den Verlauf der Gruppe formulierte er später für den Tagungsband wie folgt:

„Das Forum wurde eingeleitet von einer Vorstellungsrunde, die anders war als üblich: Die Teilnehmenden

¹²⁹ Ebda., S. 134.

¹³⁰ Ebda., S. 149.

¹³¹ Uns sind nur wenige vergleichbare Beispiele bekannt. Wir denken an die Bücher von Otto-Ernst Duscheleit (2006) und Lore Walb (1997). Auch hier dauerte es Jahrzehnte, bis hinter das „Vergessen“ zurückgegangen wurde.

sollten sich in ihrer Vorstellung Bilder von den anderen machen. Sich darüber anschließend auszutauschen, war ein erster und sehr spannender Teil. Manche Wahrnehmungen lagen erstaunlich dicht an der ‚Wahrheit‘, unter Umständen sogar an einer untergründigen Wahrheit. Andere waren eher Bilder in Richtung auf Vorurteile. ‚Und wer ist hier Jude?‘ Auch dieser Frage war nachgegangen worden, passend zum Thema. Anschließend ging es darum, sich zu zweit oder zu dritt zum zentralen Punkt auszutauschen: eigene Erfahrungen mit ‚Antisemitismus in mir‘. Nach kurzem Zögern begannen Gespräche solcher Intensität, dass der Raum brummte und nach der geplanten Viertelstunde längst nicht an Aufhören zu denken war. Hier liegt das Hauptergebnis des Forums: Es gibt so viel zu sagen über Antisemitismus ganz konkret in mir, nicht nur über den der ‚Anderen‘, und es gibt so viel Interesse, das anzuhören.“

Natürlich sollen antisemitische oder ähnliche Tendenzen hier nicht verharmlost oder gar schöneredet werden. Ganz im Gegenteil geht es darum, ihnen ihre mögliche Wirksamkeit zu nehmen, bevor sie in Sprache oder gar Aktivitäten umgesetzt werden können. Die alte psychoanalytische Unterscheidung von Phantasien und Handlungen ist hier entscheidend.

Ein buddhistischer Hinweis

Jürgen denkt immer wieder an eine Erfahrung, in der ganz unvermittelt die Bedeutung von Selbstreflexion im Raum stand. Am Rande einer Vorstandssitzung in einem buddhistischen Institut sagte der spirituelle Leiter, ein sehr verwirklichter tibetischer Weiser, ganz ohne jeden sichtbaren Anlass sinngemäß: Es sei schon eigenartig, was für ein Schrott manchmal in ihm auftauche. Auf die verdutzten Blicke der Runde fügte er hinzu: Aber es gehe darum, diese Impulse in der Meditation aufzulösen.

Fehlleistungen als Kompass

In diesem Sinne ist es mittlerweile für uns geradezu eine Art von Kompass geworden, wenn wir etwa mit Blick auf NS-Hintergründe Fehlleistungen bei uns bemerken. So kann beim engagierten Verfassen eines Textes genau das Gegenteil herausgekommen sein. Der Sinn eines verschwurbelten Satzes lautet dann im Klartext: Wir gedenken der Täter. Wenn das beim dritten Korrekturlesen endlich auffällt, ist das nur Grund für Scham? Nein, vielmehr auch für Zufriedenheit, es überhaupt bemerkt zu haben, also genügend Abstand zu haben. Und es kann ein Indiz sein dafür, dass hier wohl ein schwieriger Bereich vorliegt, individuell und gesellschaftlich. Damit wird die Fehlleistung zum Kompass.

Selbstreflexion jenseits des stillen Kämmerleins

Sich von außen in Frage stellen zu lassen, macht für uns eine der Grundbedingungen von Selbstreflexion aus. Der Blick der anderen ist unerlässlich – das steckt ja auch im Wort „Reflexion“ als Widerspiegeln.

Solch ein Reflektieren durchzieht unser beider Beziehung seit nun mehr als vierzig Jahren. Natürlich wissen wir nicht, an welchen Stellen unseres beruflichen und persönlichen Lebens wir mehr Selbstreflexion hätten üben können, uns aber niemand darauf aufmerksam machte oder wir es überhört haben. Doch was uns angeht, tun wir unser Möglichstes, dass so etwas zwischen uns nicht allzu häufig vorkommt.

Selbstreflexion ist für uns Reflexion im Dialog, im Hin und Her des Austauschs, und dies auch auf die Gefahr, jederzeit mit nicht erwarteten Äußerungen konfrontiert zu sein. Wie auch immer. Und wer auch immer sich verduzt an die Nase fasst. Mit Blick auf Berufliches wie auf Persönliches.

Dabei zeigte sich durch das Schreiben an diesem Buch noch mehr als zuvor, dass manche unserer Unterschiede gerade mit den hier beschriebenen Hintergründen zu tun haben: Traumaerfahrungen bei Ingeborg, andererseits in ihrer Familie sehr stabiler Halt, bei Jürgen dagegen äußerlich gesicherte Verhältnisse, jedoch verstörende Lebenserfahrungen innerhalb der Familie, und das über Generationen hinweg.

Zugleich stellt sich die Frage: Was gibt uns Menschen das Vertrauen, die Zuversicht, den Boden, damit wir den Blick von außen und die jederzeit gegebene Möglichkeit von Kritik aushalten können? Das hängt nicht ausschließlich von den beteiligten Individuen ab, sondern auch von Grundmustern ihres gesellschaftlichen Hintergrunds. Wie weit ist tiefergehender Dialog hier verankert?

Dialoge ohne oder mit Selbstreflexion

Etwas zugespitzt formuliert: In weiten Bereichen unserer Gesellschaft finden zwar Dialoge statt, nicht aber Selbstreflexion. In Wirtschaft, Politik, Verwaltung oder Wissenschaft werden Unmengen an Meetings abgehalten, aber wo geht es intensiver auch um die beteiligten Personen? Um den Einfluss ihrer subjektiven Faktoren auf die Arbeit? Stattdessen: Wenn sie Probleme haben etwa durch das in solchen Verhältnissen blühende Burnout (oft ein Deckname für Depression), wird eher nicht über das System reflektiert, vielmehr gehören dann nur die „Symptomträger:innen“ behandelt, mittlerweile immerhin auch durch Psychotherapie. Doch selbst hier, in Freuds alter „Redekur“, nehmen technizistische, eher nicht auf Selbstreflexion und Dialog basierende Ausrichtungen zu.

Vor diesem Hintergrund stellte Jürgen eines Morgens diese Frage an Ingeborg: „Wie ist das eigentlich in der Schule mit Selbstreflexion? Supervision wird hier doch meist vermieden, und der Unterricht erfolgt als Einzelkämpfertum. Natürlich wird geredet, aber wirklicher Dialog?“ Ingeborgs Antwort kam spontan: „Maria Montessori hat geschrieben:...“

„Wir bestehen mit Nachdruck darauf, dass der Lehrer sich innerlich vorbereiten muss: er muss mit Beharrlichkeit und Methode sich selber studieren, damit es ihm gelingt, seine hartnäckigsten Mängel zu beseitigen, eben die, die seiner Beziehung zum Kinde hinderlich sind. Um diese verborgenen Mängel zum Bewusstsein zu bringen, haben wir Hilfe von außen nötig, bedarf es einer gewissen Weisung; es ist unumgänglich, dass jemand uns auf das hinweist, was wir in uns erkennen sollen.“¹³²

Montessori fährt fort:

„Nimm erst den Balken aus dem eigenen Auge, und du vermagst auch den Splitter aus dem Auge des Kindes zu nehmen. (...)“

Um Erzieher zu werden, braucht man nicht ‚vollkommen‘ und von Schwächen frei zu sein. (...)

Unsere üblen Neigungen können auf zweifache Weise korrigiert werden: innerlich dadurch, dass der Mensch seine Fehler klar erkennt und sie bekämpft; von außen her aber dadurch, dass die Äußerung unserer üblen Neigungen auf Widerstand stößt.“¹³³

Und in aller Deutlichkeit steht dann zu lesen:

„Wir haben in den Kindern Geschöpfe vor uns, die unfähig sind, sich zu verteidigen und uns zu verstehen, und die alles hinnehmen, was ihnen gesagt wird. Nicht allein, dass sie Beleidigungen hinnehmen, sie fühlen sich auch in allem schuldig, was wir ihnen vorwerfen.“

Der Lehrer sollte sich genauestens überlegen, was für Folgerungen aus dieser seelischen Lage des Kindes zu ziehen sind.“¹³⁴

Wir begannen dieses Kapitel mit Sigmund Freud, und jetzt endet es mit Maria Montessori. Als hätten die beiden sich abgesprochen.

¹³² Maria Montessori (1987), S. 153.

¹³³ Ebda., S. 154.

¹³⁴ Ebda., S. 155.