

Karl Heinz Brisch (Hrsg.)

# Trauma und Bindung zwischen den Generationen

Vererbte Wunden und Resilienz  
in Therapie, Beratung und Prävention







# **Trauma und Bindung zwischen den Generationen**

**Vererbte Wunden und Resilienz in Therapie,  
Beratung und Prävention**

Herausgegeben von Karl Heinz Brisch

Klett-Cotta

Die Beiträge von Teresa W. Ngigi, Abraham Sagi-Schwartz sowie von Suchithra Varadarajan, Anja M. Gump und Iris-Tatjana Kolassa wurden von Ulrike Stopfel aus dem Englischen übersetzt.

Dieses E-Book basiert auf der aktuellen Auflage der Printausgabe.

Klett-Cotta

[www.klett-cotta.de](http://www.klett-cotta.de)

© 2022 by J. G. Cotta'sche Buchhandlung Nachfolger GmbH, gegr. 1659, Stuttgart

Alle Rechte vorbehalten

Cover: Bettina Hermann, Stuttgart,

unter Verwendung einer Abbildung von DN6/Adobe Stock

Gesetzt von Eberl & Koesel Studio, Altusried-Krugzell

Gedruckt und gebunden von Friedrich Pustet GmbH & Co. KG, Regensburg

Lektorat: Thomas Reichert

ISBN 978-3-608-96588-9

E-Book ISBN 978-3-608-11961-9

PDF-E-Book ISBN 978-3-608-20598-5

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der

Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten

sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

# Inhalt

<b>Vorwort</b> .....	7
<b>Einleitung</b> .....	10
Wolf Ritscher	
<b>Transgenerationale Vermächtnisse</b> .....	13
Die Folgen des nationalsozialistischen Terror- und Mordsystems für meine deutsch-jüdische Familie	
Katharina Drexler	
<b>Eerbte Wunden erkennen und heilen</b> .....	34
Therapie der transgenerationalen Traumatisierung	
Sabine Bode	
<b>Deutsche Kriegsenkel durchbrechen die Mauer des Schweigens</b> .....	48
Jiajia Wu und Alexander Korittko	
<b>Trauma-Narrative zwischen politischer Einflussnahme und transgenerativen Effekten</b> .....	62
DDR/BRD-Vereinigung und Ein-Kind-Politik in China	
Suchithra Varadarajan, Anja M. Gumpp und Iris-Tatjana Kolassa	
<b>Biomolekulare Spuren von traumatischem Stress</b> .....	82
Eine intergenerationale Perspektive und innovative therapeutische Ansätze	
Sonja Entringer	
<b>Frühe Stresserfahrungen und Programmierung von Gesundheit und Krankheit</b> .....	106
Teresa W. Ngigi	
<b>Entwicklungs Traumata und das Durchbrechen des Zyklus</b> .....	121

Ali Jawaid und Isabelle M. Mansuy	
<b>Generationsübergreifende Auswirkungen von Traumata</b> .....	140
Implikationen für Individuen und Gesellschaft	
Egon Garstick	
<b>Transgenerative Weitergabe der Traumatisierung und des Zornes</b> .....	163
Abraham Sagi-Schwartz	
<b>Kann ein extremes Trauma weitergegeben werden?</b> .....	178
Eine Drei-Generationen-Studie mit Holocaust-Überlebenden und ihren Nachkommen	
Christiane Ziegler, Miriam A. Schiele und Katharina Domschke	
<b>Patho- und Therapieepigenetik psychischer Erkrankungen</b> .....	200
Flavia-Elvira Bogorin und Christian Grünhaus	
<b>Prävention bringt's</b> .....	217
Der gesellschaftliche und ökonomische Mehrwert von Programmen mit Präventivcharakter anhand von drei Fallbeispielen	
Karl Heinz Brisch	
<b>Trauma-Resilienz zwischen den Generationen</b> .....	237
<b>Die Autorinnen und Autoren</b> .....	252

# Vorwort

Vom 10. bis 12. September 2021 wurde von INTERPLAN Congress, Meeting & Event Management AG in München unter meiner wissenschaftlichen Leitung eine internationale Konferenz mit dem Titel »Trauma und Bindung zwischen den Generationen. Vererbte Wunden und Resilienz in Therapie, Beratung und Prävention« (»Trauma and Attachment between Generations«), durchgeführt. Aufgrund des großen Interesses an dieser Konferenz und der positiven Rückmeldungen macht der Veranstalter die Beiträge dieser Konferenz mit der Herausgabe dieses Buches einer größeren Leserschaft zugänglich.

Neue und beeindruckende Forschungsergebnisse belegen die Auswirkungen von traumatischen Erfahrungen bis in die nachfolgenden Generationen. Stressvolle Erfahrungen können schon während der Schwangerschaft sowohl bei der Mutter als auch beim Fetus die Aktivierung oder Blockierung von Genen beeinflussen (Epigenetik). Traumatische Erfahrungen werdender Väter spielen hierbei offenbar ebenso eine große Rolle. Es gibt Hinweise, dass epigenetische Veränderungen auch über die männlichen Keimzellen weitergegeben werden.

Manche Menschen entwickeln selbst nach extrem traumatischen Erlebnissen langfristig kaum oder keine Symptome. Welche Faktoren tragen zu dieser »psychische Widerstandskraft« (Resilienz) bei und wie könnte sie gezielt gefördert werden? Können Beratung und Psychotherapie zur »Korrektur« epigenetischer Veränderungen beitragen? Wann müsste eine frühzeitige Form der Prävention ansetzen und wie müsste sie aussehen, damit wir ein »traumatisches Erbe« wirklich hinter uns lassen könnten? Diese Fragen sind angesichts der vergangenen und der gegenwärtigen kriegerischen Auseinandersetzungen und aktueller Katastrophen von besonderer gesellschaftlicher Bedeutung!

Die Konferenz – wegen der Corona-Pandemie als digitale Webkonferenz abgehalten – hat sich umfassend mit Ursachen sowie Behandlungsmöglichkeiten im Kontext von Trauma und Bindung und transgenerationaler Perspektive auseinandergesetzt. Hierzu haben international renommierte Fachleute, Forscherinnen und Forscher, Klinikerinnen und Kliniker aus ihren Studien und von ihren Erfahrungen

berichtet sowie Wege zur Prävention aufgezeigt. Sie gaben Antworten auf Fragen im Rahmen der skizzierten Thematiken und berichteten über die neuesten Erkenntnisse und Forschungsergebnisse, die uns für die Problematik sensibilisieren sowie aktuelle Entwicklungen, auch in Therapie und Prävention, aufzeigen sollen.

Die Autorinnen und Autoren dieses Bandes haben ihre Vorträge aus der Konferenz niedergeschrieben und ausgearbeitet und für die Publikation zur Verfügung gestellt – dafür gilt ihnen ein großer Dank. Herzlich danke ich Frau Ulrike Stopfel, die, wie in den vergangenen Jahren, die englischsprachigen Beiträge in exzellenter Qualität übersetzt hat. Ein besonderer Dank gilt auch der hervorragenden Arbeit von Herrn Thomas Reichert, der die einzelnen Manuskripte rasch und sorgfältig editiert hat. Ich danke sehr Herrn Dr. Heinz Beyer sowie Frau Katharina Colagrossi und Frau Ulrike Wollenberg vom Verlag Klett-Cotta, die mit großem Engagement die Herausgabe dieses Buches beim Verlag ermöglicht und die rasche Herstellung gewährleistet haben.

Das Buch richtet sich an Ärzte und Ärztinnen aller Fachrichtungen sowie an Psychologinnen und Psychologen, Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten, Sozialarbeiter und Sozialarbeiterinnen, Pädagogen und Pädagoginnen, an Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Jugendhilfe, Richterinnen und Richter, Umgangspflegerinnen und Umgangspfleger, zudem an alle, die mit psychischen Störungen in Begleitung, Beratung, Diagnostik und Therapie befasst sind. Ihr Engagement ist insbesondere dann gefragt, wenn auf dem Hintergrund von frühen traumatischen Erfahrung entsprechende Dynamiken entstehen, die eine Gefahr der Weitergabe an die nächsten Generationen beinhalten.

Ich hoffe sehr, dass dieses Buch allen hilft, die im Kontext traumatischer Erfahrungen mit Blick auf mehrere Generationen durch Begleitung, Beratung und Therapie sowie soziale Arbeit für Familien, Paare, Kinder, Jugendliche und Erwachsene tätig sind. Es soll auch denjenigen wichtige Anregungen geben, die mit der Prävention in Bezug auf Störungen in diesem Zusammenhang befasst sind, die Präventionsprogramme entwickeln bzw. entwickelt haben. Auf diese Weise könnten Störungen, die aus Problemen in der Bindungsentwicklung und traumatische Erfahrungen entstanden sind, zeitig erkannt und eine primäre Prävention möglich werden. Solche frühen Hilfestellungen sind besonders dann notwendig und wichtig, wenn es zu Gewalt, Misshandlungen und Missbrauch gegenüber schon sehr kleinen Kindern durch Erwachsene, aber auch zwischen den Bindungspersonen kommt.

Der Band gibt durch die Vielfalt seiner Beiträge aus Forschung, Klinik und Praxis einen guten Überblick über die Thematik und sorgt für zahlreiche Anregungen.

*Karl Heinz Brisch*

# Einleitung

Das vorliegende Buch enthält eine Reihe von Beiträgen aus den Bereichen »Forschung«, »Klinik«, »Prävention« und »Gesellschaft«, die sich aus den verschiedensten Perspektiven mit dem Thema der Konferenz, »Trauma und Bindung zwischen den Generationen. Vererbte Wunden und Resilienz in Therapie, Beratung und Prävention«, auseinandersetzen. Entsprechend werden gesellschaftlich-historische Zusammenhänge beschrieben und sowohl Ergebnisse aus der Forschung vorgestellt als auch Erfahrungen aus der klinischen und therapeutischen Arbeit vermittelt, um die Möglichkeiten und die Voraussetzungen einer erfolgreichen Beratung und Therapie von Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen aufzuzeigen, welche mit Problemen konfrontiert sind, die sich im Kontext von Trauma und Bindung unter der transgenerationalen Perspektive entwickelt haben.

In einem sehr persönlichen Beitrag widmet sich *Wolf Ritscher* der Frage der transgenerationalen Vermächtnisse und Delegationen sowie auch der Tabuisierungen, die sich als Folge des Nationalsozialismus für Familien entwickelt haben (»Transgenerationale Vermächtnisse. Die Folgen des nationalsozialistischen Terror- und Mordsystems für meine deutsch-jüdische Familie«). *Katharina Drexler* (»Ererbte Wunden erkennen und heilen. Therapie der transgenerationalen Traumatisierung«) stellt sehr eindrücklich dar, wie ihre eigene Familiengeschichte sie zu einer besonderen psychotherapeutischen Behandlungsmethode inspiriert und angeleitet hat, um ihren Patientinnen und Patienten eine Hilfestellung dabei zu geben, transgenerational verinnerlichte, ererbte Traumatisierungen im Rahmen der Psychotherapie zu verarbeiten. Wie *Sabine Bode* in ihrem Beitrag »Deutsche Kriegsenkel durchbrechen die Mauer des Schweigens« aufzeigt, ist die Thematik der transgenerationalen Weitergabe von den Großeltern bis zu den Kriegsenkeln kein individuelles, sondern ein großes gesellschaftliches Problem, das lange Zeit dem kollektiven Schweigen anheimfiel, bis, auch durch Bodes Veröffentlichungen ab 2004 (*Die vergessene Generation*), die Mauer des Schweigens zunehmend durchbrochen werden konnte.

In ihrem Beitrag »Trauma-Narrative zwischen politischer Einflussnahme und transgenerativen Effekten« beschreiben *Jiajia Wu* und *Alexander Korittko* sozio-politische Traumata, Traumatisierungen durch staatliche Vorgaben: einmal als Folge der Wiedervereinigung zwischen DDR und BRD (Korittko), wo unterschiedliche Vermächtnisse in einem schmerzlichen Prozess integriert werden mussten, zum anderen im Hinblick auf die Ein-Kind-Politik der Volksrepublik China (Jiajia Wu).

Traumatische Erfahrungen hinterlassen nicht nur ihre Spuren in der Seele, sondern können auch auf biomolekularer Ebene ein Pendant finden, wie die Forschungen von *Iris-Tatjana Kolassa* verdeutlichen, die besondere Auswirkungen für die therapeutische Arbeit haben; in ihrem Beitrag »Biomolekulare Spuren von traumatischem Stress: Eine intergenerationale Perspektive und innovative therapeutische Ansätze« zeigt sie zusammen mit ihren Co-Autorinnen *Suchithra Varadarajan* und *Anja M. Gumpp* solche Zusammenhänge auf. Dass Stress und dramatische Erfahrungen schon während der Schwangerschaft im Sinne der fetalen Programmierung ihre Spuren hinterlassen und zu Krankheitsrisiken führen können, belegt die Forschungsarbeit von *Sonja Entringer* (»Frühe Stresserfahrungen und Programmierung von Gesundheit und Krankheit«).

Kollektive Traumatisierungen, wie sie von Kindern erlebt wurden, die in SOS-Kinderdörfern weltweit leben und dort betreut werden, und welche Möglichkeiten der Behandlung in der Pflege dieser Kinder sowie der Prävention bestehen, vermag *Teresa Ngigi* (»Entwicklungs Traumata und das Durchbrechen des Zyklus«) aufgrund ihrer sehr großen Erfahrung als Traumapsychotherapeutin eindrücklich zu schildern.

Die bahnbrechenden Tier-Forschungen von *Isabelle Mansuy* (Ali Jawaid und Isabelle M. Mansuy: »Generationsübergreifende Auswirkungen von Traumata«) machen uns darauf aufmerksam, wie traumatische Erfahrungen, auch über die männlichen Keimzellen, weitergegeben werden können und über mehrere Generationen bei den Nachkommen epigenetische Spuren im Verhalten zu hinterlassen vermögen.

Dass solche Erfahrungen besonders auch auf der psychischen Ebene bei Vätern einen Widerhall finden und wie diese mit ihren affektiven Problemen nach der Geburt eines Babys umgehen und therapeutisch begleitet werden können, um eine transgenerationale Weitergabe zu verhindern, dies schildert *Egon Garstick* (»Transgenerative Weitergabe der Traumatisierung und des Zornes«) auf der Basis seiner therapeutischen Erfahrung.

Schon lange beschäftigt die Forschung, ob die extrem traumatischen Erfahrun-

gen des Holocausts von Überlebenden an ihre Kinder und von diesen wiederum an ihre Kinder weitergegeben werden und wie hier Erfahrungen von Trauma und Resilienz in nachfolgenden Generationen wieder aufscheinen. Hierzu berichtet *Abraham Sagi-Schwartz* aus seinen Forschungen mit sehr überraschenden Ergebnissen (»Kann ein extremes Trauma weitergegeben werden? Eine Drei-Generationen-Studie mit Holocaust-Überlebenden und ihren Nachkommen«).

*Christiane Ziegler, Miriam Schiele* und *Katharina Domschke* gehen in ihrem Beitrag auf epigenetische Mechanismen ein, wie sie besonders bei Angsterkrankungen von Bedeutung sind, und darauf, wie diese Veränderungen der Epigenetik durch psychotherapeutische Prozesse verändert werden können.

Es wäre ein Goldstandard, könnten solche transgenerationalen Prozesse der Weitergabe von traumatischen Erfahrungen durch präventive Programme möglichst verhindert werden. Dass dies möglich ist und welcher gesellschaftliche Mehrwert daraus erwachsen könnte, zeigt die Forschung von *Christian Grünhaus* und *Flavia-Elvira Bogorin* vom Kompetenzzentrum für Nonprofit-Organisationen und Social Entrepreneurship der Wirtschaftsuniversität Wien.

Aus individuellen und kollektiven traumatischen Erfahrungen können auch Ressourcen erwachsen und damit bei einem Individuum und ganzen Gesellschaften zur Entwicklung von Resilienz beitragen, wie *Karl Heinz Brisch* im abschließenden Beitrag des Bandes darlegt.

Alle Beiträge dieses Bandes – egal, ob sie aus den Bereichen der Klinik, der Forschung, der Prävention stammen oder gesellschaftliche Zusammenhänge zum Thema haben – geben einen eindrücklichen Überblick, welche große Bedeutung traumatische Erfahrungen für die Bindungsentwicklungen in Nachfolgenerationen haben können. Sie zeigen, wie sehr hierdurch die Persönlichkeit von Menschen auch in den nächsten Generationen beeinflusst werden kann, auch wenn in diesen unter Umständen keine traumatischen Erfahrungen gemacht werden.

Der »Königsweg der Prävention« ist allerdings noch weiterzuentwickeln und breit in der Gesellschaft zu verankern, um vielen Eltern möglichst früh zu helfen, die Wege der Weitergabe von traumatischen Bindungserfahrungen von einer Generation zur nächsten zu unterbrechen. Forschungen zeigen, dass dies – sogar mit einem finanziellen Mehrwert für die Gesellschaft – möglich ist und zu einer gesünderen, bindungssicheren Entwicklung von Eltern-Kind-Beziehungen führen kann.

# Transgenerationale Vermächtnisse

## Die Folgen des nationalsozialistischen Terror- und Mordsystems für meine deutsch-jüdische Familie

### Transgenerationale Vermächtnisse, Geheimnisse und Tabus: Ein Drei-Ebenen-Modell

Im Folgenden werden, ausgehend von dem in Abbildung 1 gezeigten Modell, transgenerationale Vermächtnisse und Weitergaben detaillierter beschrieben und in einen theoretischen Zusammenhang gebracht.

- Mehrgenerationale Vermächtnisse in der Familie: intragenerational u. transgenerational: Sinnstiftende und Bedeutung verleihende Aufgaben
- »Die Familiengeschichte als Evolution familiären Ideengutes« (Willi 1985) und »transgenerationale Korrektur des fehlentwickelten ›Familienerbes«« (Willi 1985, S.177)

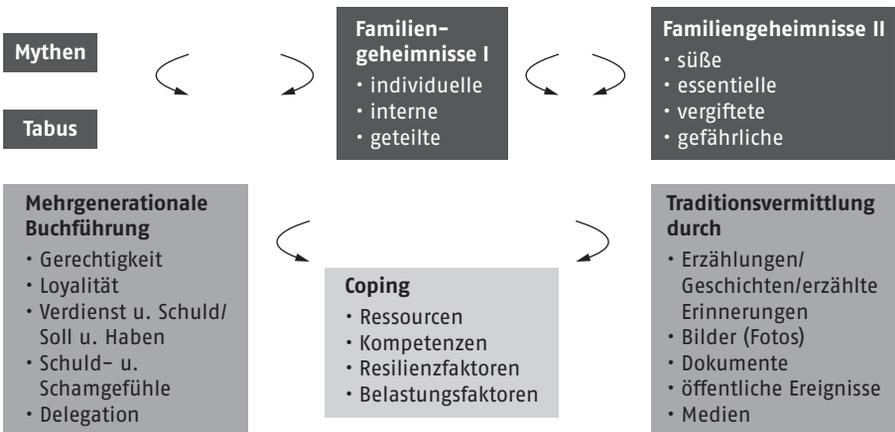


Abb. 1: Transgenerationale Vermächtnisse, Geheimnisse und Tabus: Ein Drei-Ebenen-Modell

## Vermächtnisse

Vermächtnisse, die erste Ebene des darzustellenden Modells, sind eine grundlegende Struktur der transgenerationalen Familiendynamik. Sie sind neben den Beziehungsmustern, Rollen, Regeln und Statusbestimmungen der Familienmitglieder die Mitorganisatoren der aktuellen familiären Kommunikation. Sie lassen das Gestern im Heute wirken, d. h. durch sie finden Einstellungen, Glaubenssätze, Taten früherer Generationen Eingang in die gegenwärtige familiäre Beziehungsdynamik. Durch Vermächtnisse können auch Tabus, Geheimnisse, Loyalitätsforderungen und Fragen der Gerechtigkeit und die damit verbundenen Herausforderungen zum Thema der familiären Kommunikation werden.

Vermächtnisse lassen sich als generationenübergreifende Botschaften definieren, die in die familiäre Kommunikation eingewoben sind. Sie werden bewusst, vorbewusst oder unbewusst kommuniziert und können im Prozess der Weitergabe (»Narration«) verbalisiert, verändert und aufgelöst werden (Willi 1985). Sie enthalten Geheimnisse, Mythen, Skripte, Grundwerte, Delegationen, Loyalitätsverpflichtungen, Aufträge, Rollenzuschreibungen, Visionen, Wünsche und Grundregeln der Interaktion. Sie werden manipulativ oder transparent, mit Zwang/Gewalt oder Liebe, offen oder verdeckt, über Dominanz oder Kooperation, im Kontext von Harmonie oder permanentem Streit kommuniziert.

Vermächtnisse können Entwicklungen des Familiensystems blockieren, fördern, neutralisieren, z. B. hinsichtlich der inneren Differenzierung und Integration (Ritscher 2013), seiner »funktionalen« Grenzen (Minuchin 1977) und Handlungsspielräume (v. Foerster 1999), der (hoffentlich) durch »positive Gegenseitigkeit« (Stierlin 1971) geprägten Beziehungen und der »bezogenen Individuation« (Stierlin 1994), die Autonomie und Gebundenheit im Lebenslauf der Familienmitglieder verbindet.

In der Weitergabe der Vermächtnisse zwischen den Generationen verknüpfen sich Risiko und Chance. Das Risiko der Entwicklungsblockierung ist das eine, die Chance liegt darin, dass jede Generation die Möglichkeit hat, sich ihren Ressourcen entsprechend der Bewältigung von Vermächtnissen zuzuwenden. Dieses Konzept findet sich z. B. bei Jürg Willi unter dem Titel »Die Familiengeschichte als Evolution des familiären Ideengutes« (Willi 1985). Das, was die eine Generation an Bewältigung nicht leisten kann, wird als Herausforderung und Aufgabe an die nächste und von dieser an die ihr folgende Generation weitergegeben. Willi nannte das »die transgenerationale Korrektur des fehlentwickelten ›Familien-erbes« (Willi 1985, S. 177).

Das ist eine tröstliche Botschaft für die heutigen Generationen: Sie müssen

nicht alle Probleme lösen, aber sie können sie der Lösung näher bringen und damit vermeiden, der nächsten Generation alles auf die Schultern zu packen. An einem Bürgerkriegstrauma werden sich mehrere Generationen abarbeiten müssen, bis es, wenn die politischen und gesellschaftlichen Randbedingungen diesbezüglich hilfreich sind, in der dritten und vierten Generation seine affektive Kraft verliert und in den Hintergrund treten kann. Indem Willi in diesem Zusammenhang »mehrgenerational« durch »transgenerational« (bzw. transgenerationell) ersetzt, will er diese im intergenerationalen Prozess erfolgende Kombination von Weitergabe und Bearbeitung betonen.

### **Geheimnisse**

Geheimnisse sind Informationen über die Familie bzw. einzelne Familienmitglieder, die nicht bekannt werden dürfen. Solche Geheimnisse sind manchmal niemandem bekannt, vielmehr für alle nur mehr oder weniger diffus spürbar. Häufiger kennt ein Familienmitglied das Geheimnis und »hütet« es, entgegen allen Risiken, dass es durch andere innerhalb und/oder außerhalb der Familie öffentlich gemacht werden könnte. Manchmal ist das Geheimnis auch mehreren Personen in der Familie bekannt (z. B. den Eltern) und wird dann etwa gegenüber den Kindern im Dunkeln gehalten. Manchmal dienen Geheimnisse der Machtausübung und Bündnissicherung – es schließt die zusammen, die es kennen, und ermöglicht durch den Informationsvorsprung auch Macht.

Es gibt familieninterne Geheimnisse, die sowohl innerhalb als auch außerhalb der Familie nicht gewusst werden dürfen; manchmal dürfen sie von allen Familienmitgliedern gewusst werden, aber nicht von der familiären Umwelt.

In der Bewahrung eines Geheimnisses finden wir (ironischerweise) die »konstruktivistische« Idee wieder, dass Ungesagtes für die im System verbundenen Personen nicht existent sei und erst das Gesagte durch den Akt des Sprechens zur Realität wird. Dass das Geheimnis aber doch für alle jenseits des Gesagten eine Realität ist, zeigen z. B. die eventuell auftretenden kommunikativen Verstörungen im familiären System.

Wie bei den Vermächtnissen, so gilt auch bei den Geheimnissen, dass ihre Funktion und ihre Konsequenzen für die familiäre Kommunikation darüber entscheiden, ob sie als entwicklungsfördernd oder -hemmend verstanden werden können. Geheimnisse sollen vor sozialer Beschämung schützen, vor Beschuldigungen durch soziale Andere, vor Gesichts- bzw. Ehrverlust, Ausgrenzung, Marginalisierung und einem durch die Umwelt induzierten Schuldgefühl. Insofern

kann ihnen manchmal auch eine positive Funktion im System und der Beziehung zwischen System und Umwelt zugesprochen werden.

Geheimnisse können auch identitätsstiftend sein, wenn sie Selbstvertrauen und Sicherheitsgefühle erzeugen. Sie können »eine schützende Burg sein oder ein Gefängnis werden« (Reich 2001, S.7). Deshalb gilt auch für sie: *Ob sie schädlich oder sinnvoll, entwicklungsfördernd oder -hemmend sind, lässt sich nur im Einzelfall und diskursiv herausfinden. Wenn ein Geheimnis gelüftet werden sollte, ist immer an die Folgen für alle Beteiligten zu denken.*

Evan Imber-Black (1999) hat vier Typen von Familiengeheimnissen herausgearbeitet: süße, essentielle, vergiftende und gefährliche:

- *»Süße« Geheimnisse* sind zeitlich begrenzt. Es geht bei ihnen um Spaß und die gemeinsame und bindungsfördernde Freude an Überraschungen, z.B. einen unverhofften Besuch. Wenn »süße Geheimnisse« enthüllt werden, sehen wir den Anderen bzw. unsere Beziehung nicht selten in einem neuen und freundlichen Licht. Entwicklungspsychologisch beginnen die »süßen Geheimnisse« schon im Babyalter, mit dem offenen Guck-Guck-Versteckspiel: wo ist denn der/die ...? Auch die Tagebücher, in denen man sein Herz ausschütten kann, unsere heimlichen Träume und versteckten Wünsche, eine geheime Verlobung und vieles mehr lassen sich hier verorten.
- *»Essentielle« Geheimnisse* ziehen Grenzen zwischen mir bzw. uns und den nahen sozialen Anderen. Paare pflegen solche Geheimnisse, mit denen sie ihre gemeinsame Beziehungsidentität und Intimität sichern, z.B. wenn sie die Situation, Ort und Zeitpunkt ihres ersten Zusammentreffens niemandem verraten wollen oder wenn sie ganz bewusst auch mit engsten Freundinnen und Freunden nicht über ihre Sexualität sprechen. Aber auch der einzelne Partner bzw. die einzelne Partnerin kann ein essentielles Geheimnis gegenüber dem Anderen hüten, um sich oder die gemeinsame Beziehung zu schützen. Wenn er oder sie sich dann nach langer Zeit entscheidet, das Geheimnis zu offenbaren, kann gerade das zu einem Wachstumsschub in der Beziehung beitragen. *»Ich habe gesehen, wie sich Feindseligkeit in Zärtlichkeit verwandelte, als ein Mann den Entschluß faßte, seiner Frau endlich mitzuteilen, daß der Arzt bei ihm Diabetes festgestellt hatte. Daher seine Unfähigkeit zur Erektion und seine Weigerung, mit seiner Frau zu schlafen«* (Imber-Black 1999, S. 35). Im Gegensatz zu süßen Geheimnissen sind »essentielle Geheimnisse« langlebig und sollen der eigenen psychischen Entwicklung und der Beziehung selbst dienen. Jugendliche haben Geheimnisse vor ihren Eltern und vertrauen sie ihrem Tage-

buch an. Auch das dient der eigenen Entwicklung und Autonomisierung. Manchmal schützen geheime Botschaften auch vor Strafen und Verfolgungen. »So verschlüsselten afroamerikanische Sklaven Fluchtpläne in den Texten von Spirituals. ›Wade in the water‹, ›wate durchs Wasser‹, beispielsweise bezeichnete eine Zusammenkunft am Fluß« (Imber-Black 1999, S. 37).

Rituale können ebenfalls »essentielle Geheimnisse« beinhalten und schützen, z.B. die Eingangsrituale bei antiken Mysterienspielen oder Ordensgemeinschaften.

- »Vergiftende« *Geheimnisse* wirken destruktiv in Beziehungen – wie der Name schon sagt: Sie vergiften oft schleichend und langfristig. Auch sie dienen dem Schutz, aber um den Preis von Symptomen oder des Nicht-zur-Rechenschaft-Ziehens von Tätern und Täterinnen, die dann weiter ihr Unwesen treiben können. Solche Geheimnisse lassen eine Atmosphäre der Kälte, des Misstrauens, der Unzuverlässigkeit entstehen, sie sind in eine Beziehung eingeflochten wie ein Stacheldraht. Wenn sie dann irgendwann offenbart werden, können sie ein Akt der Befreiung sein, aber auch die Initialzündung zum Abbruch einer langjährigen Beziehung. »Ich erkannte, daß vergiftende Geheimnisse, die unbekümmert gelüftet werden, schwerer verarbeitet werden als andere, deren Preisgabe sorgfältig geplant wird« (Imber-Black 1999, S. 39).

Beispiele für »vergiftende Geheimnisse« sind u.a. anonyme Adoption, nicht thematisierte Trennungen, Abtreibung, Krankheiten, schwere psychische Belastungen, Sucht, Drogen, Therapie, weil man in den Augen der Anderen »verrückt« wäre, wenn es öffentlich würde, Lebenslügen, identitätsbedrohende transgenerationale Vermächtnisse, Geheimnisse und Tabus, Täter- und Opferverstrickungen, Suizide in der Familie, kriminelle Akte.

- »Gefährliche« *Geheimnisse* bringen Menschen in eine unmittelbare körperliche Gefahr oder verursachen einen so heftigen Gefühlsausbruch, dass die Lebensfähigkeit dieser Menschen beeinträchtigt ist. »Dazu gehören Geheimnisse wie körperliche Mißhandlung, Mißbrauch von Kindern, Gewalt in der Ehe, Alkohol oder Mißbrauch anderer Drogen, Selbstmordpläne und Verbrechen. Juristisch gesehen macht die Enthüllung ›gefährlicher Geheimnisse‹ häufig sofortiges Einschreiten erforderlich. [...] Im Gegensatz zu vergiftenden Geheimnissen, bei denen Zeit bleibt, abzuwägen, welche Folgen die Offenlegung oder die weitere Geheimhaltung für das Wechselspiel der Beziehungen hat, machen gefährliche Geheimnisse oft rasches sofortiges Handeln erforderlich, um das Leben [oder die körperlich-psychische Integrität] anderer zu schützen. [...] Häufig lebt die wehrlose Person, welche ein gefährliches Geheimnis hütet, in einer Situa-

tion äußerster körperlicher und seelischer Bedrohung und hat das Gefühl, daß alles noch gefährlicher wird, wenn sie das Geheimnis offen legt« (ebd., S. 40).

### Tabus

Unser Tabubegriff entstammt der Sprache Polynesiens. »Tabu« bedeutet dort »unberührbar«, »verboten« und »heilig«.

Familien können bestimmte Themen mit Tabus belegen. Im Gegensatz zu Familienheimnissen richtet sich bei einem Tabu das Verbot nicht gegen deren Existenz, sondern dessen öffentliche Benennung. Nicht das Wissen ist verpönt, sondern seine Einführung in den Raum der öffentlichen Sprache – die öffentliche Berührung des Signifikats durch den ihm zugehörigen Signifikanten. In der Regel geht es um Themen, die Scham, Ekel oder Angst hervorrufen, wie Sexualität, Tod, Krankheiten, Geld oder kriminelle Handlungen von Familienmitgliedern.

Im Grunde verhalten sich die das Tabu einhaltenden Familienmitglieder wie radikale Konstruktivisten: Das einen unerwünschten Sachverhalt benennende Wort erzeugt diesen; also muss dessen Nennung vermieden werden. Das Problem liegt in der Paradoxie dieser Technik: Die Aufforderung: »Denke nicht an blau«, provoziert geradezu die Vorstellung von blau, denn ohne die Unterschiedsbeziehung zu dem positiv gesetzten Begriff kann dieser nicht negiert werden. Im Sinne dieser dialektischen Logik ruft das Tabu gerade den Gedanken an den »unberührbaren« Sachverhalt hervor. Es wird zu einem »Totempfehl«, um den die Familie ihren rituellen Tanz inszeniert: Wie kann die Nennung des Namens verhindert werden; was tun, wenn es nicht gelingt; wem fällt dann welche Aufgabe zu; welche Strafe droht der Person, die das Tabu bricht?

Beispielsweise kann die Straftat eines Familienmitgliedes zum Tabuthema erklärt werden, auf das alle blicken und über das sie zugleich schweigen. Das kann den Abbruch oder zumindest das Einfrieren der Beziehungen zum sozialen Umfeld nach sich ziehen. Denn überall droht die Gefahr, auf das angesprochen zu werden, dessen Benennung verboten ist. Auch mit dem Tabu verwandte Themen sind dem Sprechverbot unterworfen, denn von diesen könnte man über eine assoziative Brücke zum problematischen Kernthema gelangen. Die Entwicklung des Systems bleibt durch diese negative Bindung der Aufmerksamkeit blockiert. Letztlich ist man ihr ausgeliefert wie die Menschen der Antike den Launen ihrer Götter.

Sprechverbote weiten sich also aus, wie die durch den Steinwurf im Wasser erzeugten konzentrischen Kreise.

Es gibt auch Tabus, die dem konstruktiven Erhalt und Wachstum des Systems dienen.

Das deutlichste Beispiel hierfür ist das Inzesttabu. Durch das Verbot der sexuellen Intimität zwischen Eltern und Kindern erhalten Letztere einen Schutzraum für die langsame Annäherung an das Lebensthema »Sexualität«. Das Tabu kompensiert das Machtungleichgewicht, durch welches ein erwachsenes Familienmitglied sexuelle Kontakte mit dem schwächeren Kind erzwingen könnte; deshalb wirkt es entwicklungsfördernd.

### **Schuld- und Schamgefühle als psychischer Hintergrund von Tabus und Geheimnissen**

Familientabus und -geheimnisse werden erforderlich, wenn die betreffenden Themen mit extremen *Scham- und Schuldgefühlen* verknüpft sind. Erhielten die Tabus und Geheimnisse einen Platz im öffentlichen Sprachraum, würde man wegen eigener Verfehlungen bzw. der Identifikation mit dem Täter/der Täterin – als Zuschreibung der Umwelt an den Delinquenten: Du bist wie der – an den Pranger gestellt. Soziale Stigmatisierung und Ausgrenzung wären die Folge. Würde man durch ein Familienmitglied mit einem schwerwiegenden Vergehen gegen familiäre Werte, denen man selber auch zustimmt, konfrontiert, könnte man sich in eine Spirale persönlicher Schuldgefühle verstricken.

- *Schamgefühle* (siehe Marks 2011, Stierlin 2001, Kap.10) beziehen sich auf eine soziale Bloßstellung, metaphorisch gesprochen: die Angst davor, vor den sozialen Anderen nackt, bloß da zu stehen und damit äußerst verletzlich und verletzbar zu sein. Dann verfügen die Anderen über meinen Körper, meine Psyche, mein psycho-soziales Leben und ich habe keine Kontrolle mehr darüber, wie sie über mich denken und was sie in Bezug auf mich tun werden.
- *Schuldgefühle* (Stierlin 2001, Kap.10) entstehen, wenn eine Person sich selbst als Ursache für eine Verfehlung versteht bzw. die Schuldzuweisung der Umwelt übernimmt und sie zur eigenen macht. Das Schuldgefühl ist deshalb an die Idee der persönlichen Verantwortung für unangemessenes soziales Handeln geknüpft. Als solches ist es Teil der sich seit der Renaissance entwickelnden bürgerlichen Kultur. In den meisten Fällen kann man die Verantwortung für eine eigene Schuld übernehmen, weil es sozial geregelte Möglichkeiten der Kompensation, Korrektur, Entschuldung und Entschuldigung gibt.  
Wenn ich mein Handeln als von äußeren Mächten, z. B. Göttern, gesteuert oder

zumindest beeinflusst ansehe, muss ich keine persönliche Schuld übernehmen und in Bezug auf es keine Schuldgefühle entwickeln.

Bei radikalen politischen und/oder religiösen Gruppen finden wir noch eine andere Entschuldungsstrategie. Sie vertreten, dass auch Gewalt moralisch gerechtfertigt sei, weil man sich gegen ein System wehren müsse, das an der Misere des eigenen Volkes, der eigenen Lebenswelt, Familie, Person schuld sei.

Eine Person, die ein Tabu oder ein Geheimnis bricht, ist ebenfalls mit dem Thema der Schuldgefühle konfrontiert. Diejenigen Familienmitglieder, die an dem Tabu oder Geheimnis festhalten wollen, werden den Bruch des Tabus oder Geheimnisses als Verrat bzw. Illoyalität deuten und keine Entschuldung gewähren. Dann bleibt der »Täter«/die »Täterin« auf den eigenen Schuldgefühlen sitzen und wird zugleich in der Familie geächtet. So entstehen z.B. Ausstoßungsdynamiken, und manches »Schwarze Schaf« einer Familie war ein solcher Missachter des Tabu- bzw. Geheimnisgebotes. Manchmal konnte er/sie die eigenen Schuld- und Schamgefühle dadurch kompensieren, dass er/sie in die positiv gedeutete Identität eines Revolutionärs, Regelbrechers, Wahrheitssuchers oder Gurus schlüpfte. Manchmal gelang das auch nicht – mit durchaus schwerwiegenden psychosozialen Folgen.

Es ist sehr einsichtig, warum das Durchbrechen eines Geheimnisses oder Tabus so oft gemieden wird. Denn die Verweigerung sozialer Anerkennung ist für uns alle ein Problem, da wir als soziale Wesen auf diese angewiesen sind.

Freud (1933) hatte die Scham- und Schuldgefühle mit den Funktionen des Über-Ichs verbunden. Dieses besteht einerseits aus einem Set gesellschaftlicher Normen, Werte, Regeln, Gebote, Verbote, Rollenvorschriften, die im Laufe der Sozialisation internalisiert, d. h. zu meinen eigenen werden. Zugleich ist es mit den Bildern der Eltern verbunden. Diese gestalten als die zumeist wichtigsten Bezugspersonen den ersten sozialen Nahraum des Kindes. In diesem verwandeln sie die soziokulturellen Standards in dem Kind gegenüber vertretene Familienstandards. Schuld- und Schamgefühle entstehen durch die interpersonelle Verletzung gesellschaftlicher Normen und die dabei entstehende intrapsychische Aktivierung der wichtigen, als innere Bilder psychisch präsenten Bezugspersonen, die mein Tun missbilligen. Das Über-Ich ist in diesem Sinne ein Beziehungskonstrukt.

Freud hatte dem *Über-Ich* drei Funktionen zuerkannt: Selbstbeobachtung, Ich-Ideal und das Gewissen. Tabus und ihre Missachtung, Geheimnisse und ihr Verrat sind letztlich Fragen des Gewissens.

## Die Gerechtigkeitsbilanz für das System und die darauf basierenden Loyalitätsbindungen als existentielle Ressourcen des Systems

Im Wechselspiel von Geben und Nehmen, Schuldigkeiten und Verdiensten entsteht das Band der *Loyalität* (Boszormenyi-Nagy & Spark 1981). Ivan Boszormenyi-Nagy hat in diesem Zusammenhang die Metapher der »transgenerationalen familiären Buchführung« geprägt, denn für ihn entsteht Loyalität durch eine familiäre Gerechtigkeitsbilanz, in der über mehrere Generationen hinweg Schuldigkeiten und Verdienste sich einigermaßen die Waage halten. Dadurch wird die »Gerechtigkeitsbilanz« (siehe auch Stierlin 2005) innerhalb der Familie und zwischen Familie und Umwelt ausgeglichen. Im »Hauptbuch« der Familie sind – vieles davon bleibt unbewusst – die Verdienste und Schulden aller Familienmitglieder über mehrere Generationen hinweg eingezeichnet. Wenn es nicht gelingt, ein immer wieder neu auszutariertes Gleichgewicht herzustellen, dann stimmt irgendwann die familiäre Gerechtigkeitsbilanz nicht mehr. Daraus entstehen kommunikative Verzerrungen, Tabus, fehlgeleitete Delegationen und Ähnliches, die sich auch in Symptomen einzelner Familienmitglieder zeigen können – oft der Kinder.

Ein Familienmitglied, nennen wir es P., war z. B. während des »Dritten Reiches« SS-Mitglied und an Mordaktionen beteiligt. In der nächstfolgenden Generation versucht seine besonders sensible, loyale und mit einem großen Gerechtigkeitsgefühl ausgestattete Tochter R., diese Schuld durch eigenes soziales und politisches Engagement »wiedergutzumachen«. Das wird aber immer wieder durch andere Familienmitglieder sowohl in der Generation des Täters P. als auch der nachfolgenden Generation blockiert und führt zu heftigen Konflikten. Das Thema von Schuld und Wiedergutmachung wird tabuisiert, die Verstrickung des SS-Mannes in das NS-System zur »Selbstverteidigung des deutschen Volkes« umgedeutet und um seine Taten der Mantel des Schweigens gelegt.

R.s Tochter B. ergreift in diesen Konflikten Partei für die Mutter, die Tochter des Täters, kann sich aber nicht aus der Konfliktdynamik befreien, weil sie den Großvater P. auch liebt – denn zu ihr war er immer bezogen und nah. Die Tochter (B.) entwickelt nun Symptome, die aber nicht familiendynamisch interpretiert, sondern als ihr individuelles Problem betrachtet werden. Die Gerechtigkeitsbilanz der Familie bleibt in der Schiefelage.

Nun ergreift ein anderes Familienmitglied offen Partei für Mutter und Tochter und engagiert sich wie die beiden für die Sinti und Roma, eine von den Natio-

nalsozialisten ebenfalls verfehmte Minderheit. Das entlastet Mutter und Kind, weil in der Familie ein neues soziales Unterstützungssystem entsteht, das sich der Wiedergutmachung und damit der Gerechtigkeit verpflichtet fühlt.

## Die kommunikative Vermittlung von Vermächtnissen in Familien

In dem interaktiven Wechselspiel zwischen den Generationen werden Geschichten erzählt, gehört und weitererzählt. Sinnstiftende, die eigene Identität begründende und legitimierende Geschichten lassen sich auch als Mythen bezeichnen. Es entstehen bei den kommunikativ Beteiligten, die durch das Wechselspiel zugleich Sprecher(innen) und Zuhörer(innen) sind, Bilder, Töne, Gerüche, Körperempfindungen, die den Text der Erzählungen ver-sinnlichen, indem sie ver-sinn-bildlichen.

Die Geschichten anderer werden zu eigenen Geschichten, und dabei bleiben sie nicht die gleichen. Lücken werden durch Worte und Bilder eigen-sinnig und eigen-sinnlich geschlossen. Unklarheiten werden durch Reduzierung der Komplexität in den eigensinnlichen Text eingebürgert und verlieren dadurch ihre beunruhigende Wirkung. Unausgesprochenes, aber nonverbal Mitkommuniziertes kann die Zuhörer(innen) dazu bringen, einen eigenen Textteil der Geschichte zu entwerfen, ihm eigene Bilder und Gefühle zuzuordnen, die sich als Fragezeichen, Stachel, innerer Wirbelsturm in der eigenen Psyche einnisten. Auf bestimmte, besonders beeindruckende, aber noch nicht genügend verständliche Teile der Geschichten werden ähnliche Symbole – Texte, Worte, Bilder, Töne – »draufgepackt«. Dadurch entsteht ein Zusammenhang, in dem sich die Teile wechselseitig interpretieren. Man sieht, aus Geschichten werden weitere Geschichten, die den Faden aufnehmen und weiterspinnen.

Von besonderer Bedeutung für diese Prozesse der Rekonstruktion ist es, wer welche Geschichte zu welchem Zeitpunkt und zu welchem Zweck erzählt. Im Kontext von Vertrauen und Zuneigung erzählte und gehörte Geschichten dienen der Festigung einer Beziehung, lassen Nachfragen zu, erleichtern Identifikationen, locken wenig Widerspruch und Ambivalenz hervor. Ich erinnere mich z. B. gern an die Geschichten meiner Großeltern mütterlicherseits über ihre »rendez-vous« im Berlin der frühen 20er Jahre. Das war gleichzeitig eine immer neue Bekräftigung ihrer Liebe, die sie füreinander hegten, und die Festigung des emotionalen Bandes zwischen ihnen und mir.

Es gibt Geschichten mit erklärendem und sinnstiftendem Charakter, die

zugleich einen Anschluss an historische Konstellationen ermöglichen. Hier denke ich an die Geschichten meiner Tante und meines Vaters über die Verfolgung des jüdischen und – in der Naziterminologie ausgedrückt – »halbjüdischen« Teils meiner Herkunftsfamilie. Wichtig sind bei meiner Rekonstruktion dieser Geschichten die Personen, die sie erzählten. Im Kontext ihrer Erzählungen wurden sie für mich Vorbilder für einen Lebensentwurf des »aufrechten Gangs«. Das sicherte die Kontinuität und Zuneigung in unseren Beziehungen, auch in den konflikthaften Zeiten der Ablösung. (Die bei mir, wie bei vielen Kindern der 2. Generation, ziemlich lange dauerte.)

Andere Geschichten leben von ihrer Funktion, Handlungsforderungen zu legitimieren. Sie rufen vielleicht besondere Gefolgschaftstreue oder gerade Ablehnung, Unbehagen, Kritik hervor. Im zweiten Fall könnten wir beispielhaft an die rebellische 68er Generationeneinheit und ihren Umgang mit den Geschichten der Eltern über die Nazizeit denken. Deren Motto hieß meistens: Wir wussten nichts von all den Verbrechen, wir haben nur unsere Pflicht getan oder uns in die äußeren Umstände gefügt. Dieser Entschuldungsstrategie folgte meistens noch eine zweite: Auch wir haben im Krieg durch die Bomben, den Hunger, die Vergewaltigungen so sehr gelitten, nicht nur die anderen. Eine dritte Erzählung begann mit der Nachkriegszeit: Ihr Motto hieß: Ärmel aufkrepeln, zupacken, aufbauen und nur an die Zukunft, nicht an die Vergangenheit denken.

## **Die Familie Loewenthal-Ritscher: Fünf Generationen im Genogramm (siehe auch Ritscher 2013)**

### **Die 1. Generation**

*Wolff Wilhelm* und *Clara Loewenthal* verstanden sich dem Judentum als Kulturgemeinschaft zugehörig, waren aber nicht mehr Mitglieder der jüdischen Religionsgemeinschaft. Wahrscheinlich waren sie als Erwachsene zur Glaubensgemeinschaft der Altkatholiken übergetreten. Beide verstanden sich als weltoffen und tolerant, was sich auch in ihrem Erziehungsstil zeigte, der für die damalige Zeit erstaunlich liberal war.

*Wolff Wilhelm*, geb. 1850 im damals preußischen Rybnik, Sohn eines Lehrers und Rabbis, war ein hochbegabter und vielfältig gebildeter Intellektueller mit einem weiten Horizont. Er hatte Medizin studiert und war als Hygieniker und Bakteriologe zeitweise Assistent bei Robert Koch in Berlin, später auch zwischen 1883 und 1886 Mitarbeiter von Victor André Cornil in Paris. Später lehrte und

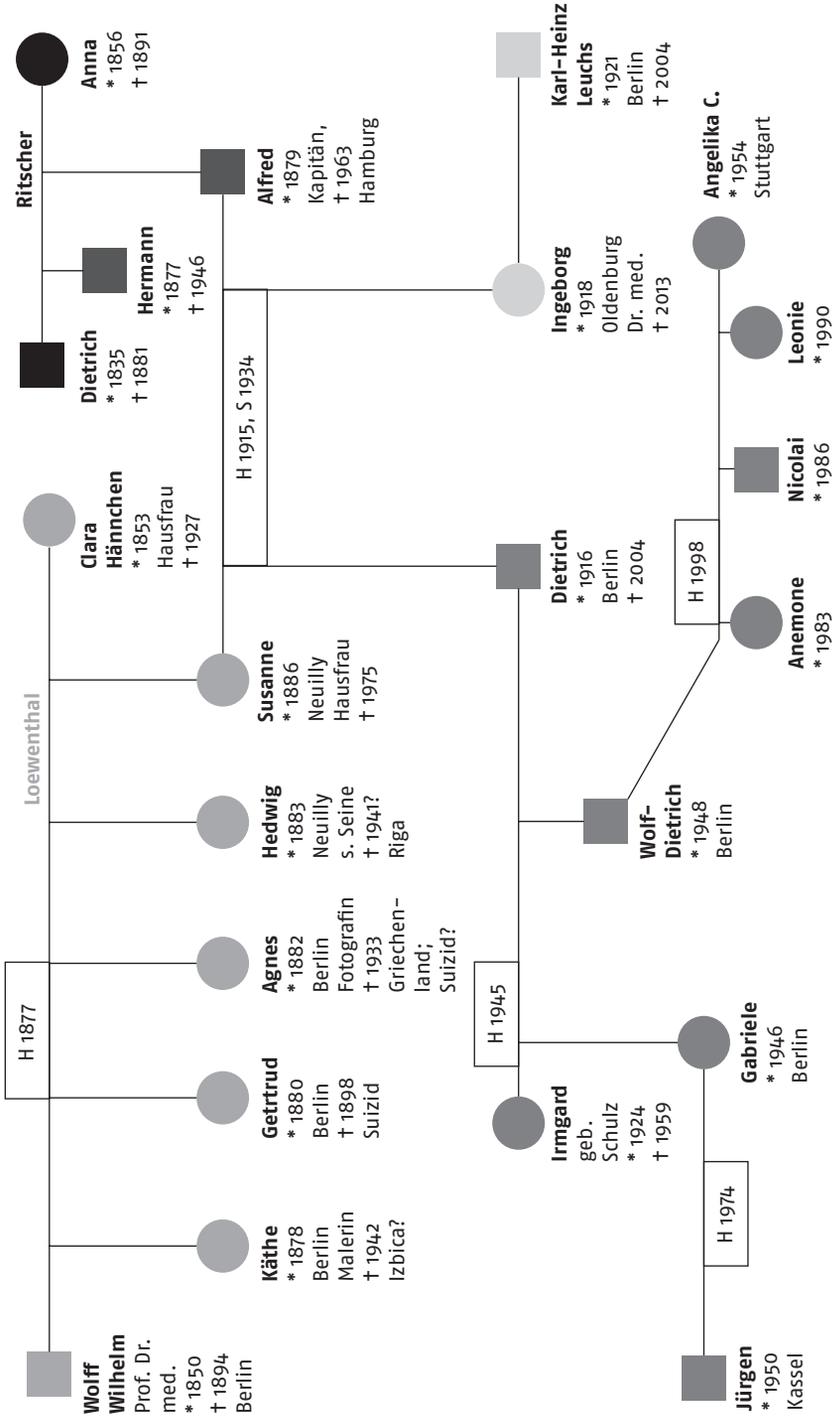


Abb. 2: Genogramm der Familie Loewenthal-Ritscher  
 H = Heirat; S = Scheidung