

Karl Heinz Brisch (Hrsg.)

Trauma und Bindung zwischen den Generationen

Vererbte Wunden und Resilienz
in Therapie, Beratung und Prävention



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

Impressum

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

© 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

Vorwort

Einleitung

Wolf Ritscher

Transgenerationale Vermächtnisse

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

Die kommunikative Vermittlung von Vermächtnissen in Familien

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

Trauma und Resilienz in der Familie Loewenthal-Ritscher

Zum Abschluss

Literatur

Katharina Drexler

Ereberte Wunden erkennen und heilen

Warum sind ererbte Wunden mein Herzensthema?

Wie können Wunden ererbt werden?

Wie lassen sich ererbte Wunden heilen?

Was tun, wenn Kontraindikationen gegen eine traumatherapeutische Arbeit mit dem verinnerlichten traumatisierten Anteil bestehen?

Wie können wir ererbte von eigenen Wunden unterscheiden?

Literatur

Sabine Bode

Deutsche Kriegsenkel durchbrechen die Mauer des Schweigens

Nachkriegskinder

Deutsche Geschichte

Was der Krieg in deutschen Familien angerichtet hat

Emotionale Aufarbeitung der deutschen Vergangenheit und Empathie

Die Kriegskinder

Die Kriegsenkel

Die Schneiders: Eine »Burgfamilie«. Typisch – nicht nur für Deutschland

»Hafenfamilien«

Das Schweigen in den Familien

Jiajia Wu und Alexander Korittko

Trauma-Narrative zwischen politischer Einflussnahme und transgenerativen Effekten

Sozio-politische Traumata

Beispiel 1: Der Übergang in Ostdeutschland zur Bundesrepublik und die Zeit danach

Beispiel 2: Ein-Kind-Politik in China

Ein-Kind-Politik in China und der Vereinigungsprozess in Ost-Deutschland. Drei vergleichende Hypothesen

Ausblick

Literatur

Suchithra Varadarajan, Anja M. Gump und Iris-Tatjana Kolassa

Biomolekulare Spuren von traumatischem Stress

Eine höhere Traumalast (oder Misshandlungslast) führt zu einem erhöhten Risiko für physische und psychische Erkrankungen

Missbrauchserfahrungen in der Kindheit sowie traumatische Stresserfahrungen der Mutter und epigenetische Veränderungen in Genen der HPA-Achse und des Oxytocin-Systems des Kindes

Chronische niederschwellige Entzündung im Zusammenhang mit Kindesmisshandlung oder traumatischem Stress

Veränderungen in der mitochondrialen Bioenergetik aufgrund von Kindesmisshandlung oder traumatischem Stress und deren generationsübergreifende Folgen

Erhöhter oxidativer Stress in Verbindung mit traumatischem Stress

Telomerverkürzung nach Kindesmisshandlung oder traumatischem Stress

Stressbedingte Veränderungen der Darmflora und ihre Implikationen für die generationsübergreifende Transmission mütterlicher Traumafolgen

Innovative therapeutische Ansätze zur Verbesserung der Stress-Resilienz

Schlussbemerkung und Ausblick

Literatur

Sonja Entringer

Frühe Stresserfahrungen und Programmierung von Gesundheit und Krankheit

Konzept der frühen Programmierung von Gesundheit und Krankheit

Pränatale Stress-Exposition und fetale Programmierung von Gesundheit und Krankheit

Molekularbiologische Mechanismen der fetalen Programmierung

Präkonzeptionelle Erfahrungen und fetale Programmierung von Gesundheit und Krankheit

Implikationen für Risikoscreening und Interventionen
Literatur

Teresa W. Ngigi

Entwicklungstraumata und das Durchbrechen des Zyklus

Die langfristigen Folgen eines Entwicklungstraumas

Entwicklungstraumata heilen

Aversive Kindheitserfahrungen («adverse childhood experiences», ACE)

Die Folgen unbewältigter aversiver Kindheitserfahrungen

Prävention und Eindämmung

Literatur

Ali Jawaid und Isabelle M. Mansuy

Generationsübergreifende Auswirkungen von Traumata

Einführung in die Epigenetik

Epigenetische Mechanismen in der Keimbahn

Vererbung von Traumafolgen in Tiermodellen und beim Menschen

Die Rolle des Blutes bei der Übertragung der Auswirkungen von Traumaexposition und

Krankheitsanfälligkeit

Zur Bedeutung der epigenetischen Vererbungsforschung
für die Gesellschaft

Günstige Zeitfenster

Schlussfolgerungen und Ausblick

Literatur

Egon Garstick

Transgenerative Weitergabe der Traumatisierung und des
Zornes

Einleitung

Die Beziehung zwischen der Psychoanalyse und der
neurobiologischen Forschung

Die Bedeutung des Berührtwerdens

Was lernen wir aus der Affektforschung?

Fokussierte psychotherapeutische Väterarbeit in der
»Stiftung Mütterhilfe« ab 2000 und ab 2018 in der »Arche
Für Familien« (Verein Arche Zürich)

Das Auffangen und Abholen der verwirrten Väter im Sinne
einer konstruktiven Vaterschaft – Fallbeispiele aus der
Väterarbeit

Schlussfolgerungen für Behandlung und Prävention

Literatur

Abraham Sagi-Schwartz

Kann ein extremes Trauma weitergegeben werden?

Einführung

Bindung, Bindungssicherheit und -unsicherheit
und Traumatransmission

Unsere Drei-Generationen-Studie

Die Methode

Schlussbemerkung und Ausblick

Literatur

Christiane Ziegler, Miriam A. Schiele und Katharina

Domschke

Patho- und Therapieepigenetik psychischer Erkrankungen

Epigenetik: Definition und Basisbegriffe

Epigenetische Mechanismen in der Krankheitsentstehung

(Epi)Gen-Umwelt-Interaktionen im Risiko-Resilienz-

Spektrum

Epigenetische Marker und Mechanismen der Therapie

Fazit, Fortschritte und Fallstricke

Fazit für die Praxis

Literatur

Flavia-Elvira Bogorin und Christian Grünhaus

Prävention bringt's

Prävention im Kontext Früher Hilfen

Social Return on Investment (SROI) als Form der
umfassenden Wirkungsanalyse

Gesamtgesellschaftlicher Mehrwert von frühkindlichen
Interventionen mit Präventivcharakter: Drei Fallbeispiele
von SROI-Analysen

Conclusio und Diskussion

Literatur

Karl Heinz Brisch

Trauma-Resilienz zwischen den Generationen

Einleitung

Geschichte der Resilienz

Individuelle Resilienz

Kollektive Resilienz

Zusammenfassend: Trauma-Resilienz

Folgen aus der Trauma-Resilienz

Sinn in der Trauma-Resilienz

Zusammenfassung und Ausblick

Literatur

Die Autorinnen und Autoren

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. Gump* 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* (»Entwicklungsstraumata 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 Erfahrungen 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 eindrucklichen Überblick, welche große Bedeutung traumatische Erfahrungen für die Bindungsentwicklungen in Nachfolgegenerationen 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.

WOLF RITSCHER

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)

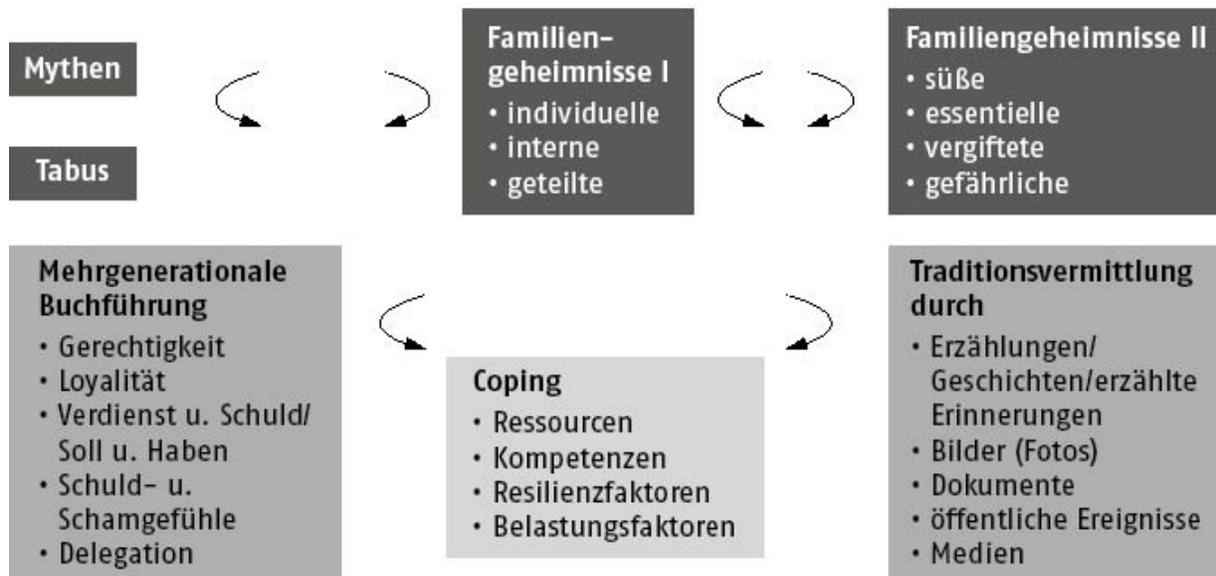


Abb. 1: Transgenerationale Vermächtnisse, Geheimnisse und Tabus: Ein Drei-Ebenen-Modell

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 transgenerationelle Korrektur des fehlentwickelten ›Familienerbes‹« ([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 Tagebuch 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.