

Die Entstehung gespaltener seelischer Strukturen

»Kinderseelen zerbrechen leicht, [...] sie sind zerbrechlich wie Glas« (Hosseini 2006, S. 233).

Der Mensch kommt weder »gut« noch »böse« auf die Welt. Babys bringen zwar unterschiedliche Anlagen und Temperamente mit sich, doch sind solche spezifischen Eigenschaften für sie noch nicht anwendbar. Erst im Laufe des allmählichen Heranwachsens werden die Weichen in Richtung »gut« oder »böse« gestellt.

Das Kind selbst hat keinen Einfluss darauf. Vielmehr entscheidet weitgehend die psychische Disposition der Eltern darüber, in welche der beiden genannten Richtungen sich ein Kind entwickeln wird. So selbstverständlich dies scheint, so wenig wird dieser Tatsache im Allgemeinen noch Bedeutung zugemessen. Das mag daran liegen, dass niemand den Eltern Vorwürfe machen möchte. Das soll auch hier nicht geschehen. Eltern sind auch einmal abhängige Kinder gewesen. Sofern sie selbst traumatisiert worden sind, konnten sie sich nicht zu psychisch gesunden Individuen entwickeln.

Allein dass Menschen, die zu Beginn des letzten Jahrhunderts geboren wurden, meist zwei Weltkriege erlebt haben, konnte nicht folgenlos bleiben. Denn die damit einhergehenden Schrecken haben diese Menschen schwer traumatisiert, was unweigerlich auch Auswirkungen auf die nachfolgenden Generationen haben musste.

Wenn Eltern in ihrer eigenen Kindheit schwer traumatisiert wurden, dann können sie sich nicht in ihre Kinder einfühlen, weil ihre wichtigsten Gefühle in der Verdrängung gehalten werden. Die daraus erwachsenen Nöte übertragen sie auf ihre Kinder. Es kann vorkommen, dass sie in ihren Kindern andere Personen wahrnehmen. Hierbei spielt der Abwehrmechanismus der Projektion eine Rolle. Der innere Verfolger wird auf das Kind übertragen. Dort, im Außen, soll er bekämpft werden. In solchen Zuständen der Täuschung kann es zu sexuellen Übergriffen oder anderen schweren Misshandlungen kommen. Durch solche Handlungen schädigen traumatisierte Eltern ihrerseits ihr Kind.

Wenn Eltern ihre Kinder missbrauchen, so ist das als ein Zeichen für deren eigene psychische Not zu verstehen. Sie missbrauchen ihr Kind nicht etwa, weil sie es verletzen wollen. Vielmehr nehmen sie es her, weil sie selbst unlösbare psychische Konflikte haben, die sie unbewusst auf diese Weise zu bewältigen versuchen. Missbrauchende Eltern geben durch ihr Tun lediglich ihrer traumatischen Erfahrung Ausdruck. In der Regel sind beide Elternteile daran beteiligt. (Ein Elternteil missbraucht das Kind aktiv, während der andere Elternteil eher einen passiven Missbrauch betreibt, indem er seinen Partner gewähren lässt.) Sie sind sich – aufgrund von Abwehrhaltungen – gar nicht bewusst, welche verheerenden Folgen ihr Verhalten haben kann. Sie sind weit davon entfernt zu realisieren, dass sie sich zerstörerisch verhalten, um damit das eigene seelische Gleichgewicht einigermaßen stabilisieren zu können. Es ist ein Reflex, vergleichbar dem ins Wasser gefallenen Nichtschwimmer, der sich an den nächstliegenden Gegenstand zu klammern

versucht. Ohne es zu wollen, geben sie damit das Trauma an die nächste Generation weiter.

Je jünger ein Kind zum Zeitpunkt der Traumatisierung ist, umso dramatischer und umfangreicher sind oft die Folgen. Denn frühe traumatische Erfahrungen führen zu Fixierungen auf bestimmten kindlichen Entwicklungsstufen, das heißt, die Entwicklung der Gesamtpersönlichkeit schreitet dann nicht mehr voran, sondern sie bleibt in Teilbereichen stehen.

Der Experte auf dem Gebiet der Traumatisierungen, Franz Ruppert (2008b, S. 55ff.), unterscheidet zwischen Existenztraumata, Verlusttraumata, Bindungstraumata und Bindungssystemtraumata.

In einer traumatischen Situation wird ein Kind von überwältigenden Gefühlen überschwemmt. Zunächst einmal erleidet es große Schmerzen. Auch die Scham ist unermesslich. Denn jedes Kind sieht die Ursache für die ihm zugefügten Schmerzen in der eigenen Person.

Insbesondere sehr kleine Kinder haben keine Ressourcen, die sie dem Ansturm heftiger Gefühle entgegensetzen könnten. Wenn keine Bezugsperson zur Stelle ist, die hier helfend eingreift, treten tiefe Verlassenheits- und Einsamkeitsgefühle auf, die das Kind mit großer Angst erfüllen. Aufgrund ihrer völligen Hilflosigkeit erleben sie ihre Existenz als bedroht. Denn das Verlassenwerden wird von Kindern mit dem Tod assoziiert. Die damit einhergehenden existenziellen Ängste gehen mit heftigen Aggressionen einher. »Das, was Schmerz und Angst auslöst, löst gleichzeitig große Wut aus« (Riemann 2004, S. 31).

Der in traumatischen Situationen instinktiv auftauchende Impuls, gegen diese Situation anzukämpfen oder aber zu flüchten, kann von einem Kind nicht umgesetzt werden, und so läuft dieser ins Leere. Die natürliche Aggression wird auf diese Weise blockiert. Im Organismus bleibt ein hoher Erregungspegel bestehen. Im Verlauf der Jahre staut sich so ein riesiges Reservoir unterdrückter Aggression an.

Bei Babys beispielsweise kann die Abreaktion beobachtet werden: Diese erfolgt durch heftiges Schreien und Strampeln. Solche notwendigen Abreaktionen werden bei Kindern, die nicht mehr ganz so klein sind, oft bereits im ersten Ansatz unterbunden. Missbrauchende Eltern strafen ihre Kinder meist dafür, wenn diese sich aggressiv gegen sie wenden. Da die Kinder auf ihre Eltern und deren Liebe angewiesen sind, trauen sie sich dann oft nicht mehr, ihre aggressiven Impulse zum Ausdruck zu bringen.

Die mit all diesen Gefühlen einhergehende gefühlsmäßige und nervliche Übererregung kann vom Organismus nicht mehr reguliert werden. Das psychische System gelangt an den Rand des Zusammenbruchs. Würde ein solcher seelischer Zustand anhalten, so würde dies tatsächlich zum Tod durch seelische und körperliche Übererregung führen.

Um dieser existenziellen Bedrohung standzuhalten, wird von der Psyche eine wirksame Abwehrmaßnahme zur Anwendung gebracht: Die Empfindungen werden abgespalten und ins Unbewusste verdrängt. Sie sind damit weitgehend aus dem Bewusstsein gelöscht. Die Erregung kann dann wieder auf ein erträgliches Niveau

herabsinken. Dadurch können sich die körperlichen und psychischen Funktionen wieder stabilisieren.

Die Folgen solcher Abwehrmaßnahmen sind zwar fatal, doch wird zumindest das Überleben gewährleistet. Hierin ist das oberste Ziel zu sehen, dem alles andere untergeordnet wird.

Ruppert unterscheidet drei Seelenanteile, die auch nach dem Trauma aktiv auseinandergehalten werden und sich von nun an getrennt voneinander weiterentwickeln:

- Traumatisierter Anteil
- Überlebensanteil
- Gesunder Anteil

Der »traumatisierte Anteil« speichert die Erfahrungen des Traumas. Spiegelbildlich zu diesem traumatisierten Anteil entsteht ein Anteil, der nur mit dem Überleben nach der traumatischen Erfahrung befasst ist. Dieser wird von Ruppert als »Überlebensanteil« bezeichnet.

Den dritten Teil der Seele bildet jener, der durch die Abspaltungen möglichst frei gehalten wird von der traumatischen Erfahrung. Hierin sieht Ruppert den »gesunden Anteil« (Ruppert 2008b, S. 30).

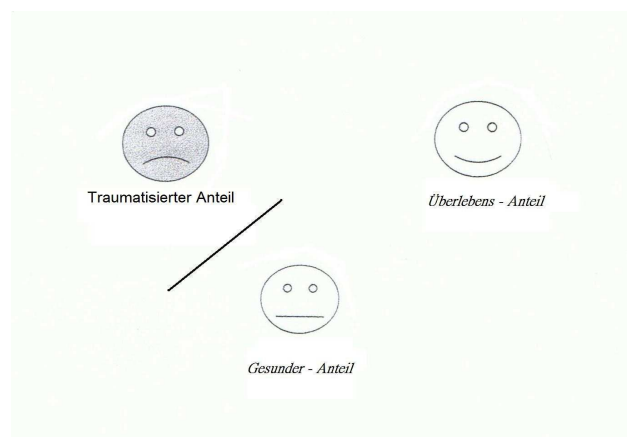


Abbildung 2 – gefertigt von der Autorin in Anlehnung an Ruppert 2007, S. 61

Traumatisierter Anteil

Der ins Unbewusste abgeschobene traumatisierte Anteil ist gleichsam wie eingefroren. Dieser Teil bleibt in seiner Welt eingeschlossen ohne Perspektive auf Veränderung, einzig damit beschäftigt, die Erinnerung an das Trauma auszuhalten. Er kann aufgrund des Abgespaltenseins keine neue Erfahrung machen. Er ist somit von der weiteren Entwicklung des Menschen ausgeschlossen und bleibt auf der Entwicklungsstufe stehen, auf der er zum Zeitpunkt der traumatischen Erfahrung war.

Da der traumatisierte Anteil in der Abspaltung ein Eigenleben führt und zeitweise wie eine selbstständige Person agiert, spricht Ruppert gar von einer »Trauma-Person«. Diese wirkt unerkannt im Gesamt der Persönlichkeitsstruktur weiter. Dadurch wird dieser Mensch später unberechenbar, denn manchmal reagiert er mit einem Persönlichkeitsanteil, der sich fortentwickeln konnte und selbstständig geworden ist, während er dann wiederum wie ein abhängiges Kleinkind agiert.

Ohne dass sich der betroffene Mensch dessen bewusst ist, wird der traumatisierte Anteil durch Lebenssituationen, die dem ursprünglichen Trauma ähnlich sind und daher als Bedrohung erlebt werden, wieder aktiviert. Die »Trauma-Person« übernimmt dann quasi das Kommando, bis die – oft nur vermeintliche – Bedrohung vorbei ist.

Das heißt, nicht die inzwischen erwachsene Person handelt, sondern die Innenperson, die vorübergehend das Erleben und Verhalten steuert. Dieser Vorgang geschieht unbewusst, sodass hierauf keinerlei Einfluss genommen werden kann.

Überlebensanteil

Der Überlebensanteil hat – dem Konzept von Ruppert zufolge – die Aufgabe, das Weiterleben nach dem Trauma zu organisieren. Er fungiert gewissermaßen als »Wächter der Spaltung« (Ruppert 2008b). Die abgespaltene traumatische Erinnerung darf nicht zurück ins Bewusstsein fließen.

Da stets die Gefahr gegeben ist, dass aufgrund aktueller Ereignisse sämtliche im traumatisierten Anteil eingefrorenen Emotionen auftauen und sich ins Bewusstsein ergießen, wird ein hohes Maß an Lebensenergie für die Aufrechterhaltung der Abspaltung benötigt.

Gesunder Anteil

Für den gesunden Anteil bleibt nicht viel seelische Substanz übrig. Aus diesem Grund verfügen die Betroffenen über keine wirkliche innere Stabilität. Außerdem ist durch die Spaltungsvorgänge der Bezug zur Realität mehr und mehr verloren gegangen. Auch stehen wichtige Gefühle nicht mehr zur Verfügung.

Der gesunde Anteil wird zwar von der unerträglichen äußeren wie inneren Realität halbwegs freigehalten; dennoch können immer wieder partielle Erinnerungen an das Traumageschehen in das Bewusstsein vordringen. Allerdings wird es sich dann lediglich um Erinnerungsbilder handeln, zu denen der emotionale Bezug fehlt. »Das ist ja der Sinn der Spaltung. Ein Teil der Person soll frei werden, sein und bleiben von der Übererregung des Körpers, dem Empfinden von Todesangst« (ebd., S. 36).

Ruppert ist davon überzeugt, dass durch fortgesetzte Traumatisierungen weitere Teile der Seele eines Menschen nach diesem Muster abgespalten werden. Die Psyche dieser Menschen ist dann in viele Einzelteile zersplittert. Es wird für die Gesamtpersönlichkeit dann immer schwerer, eine halbwegs stabile innere Balance zu finden.

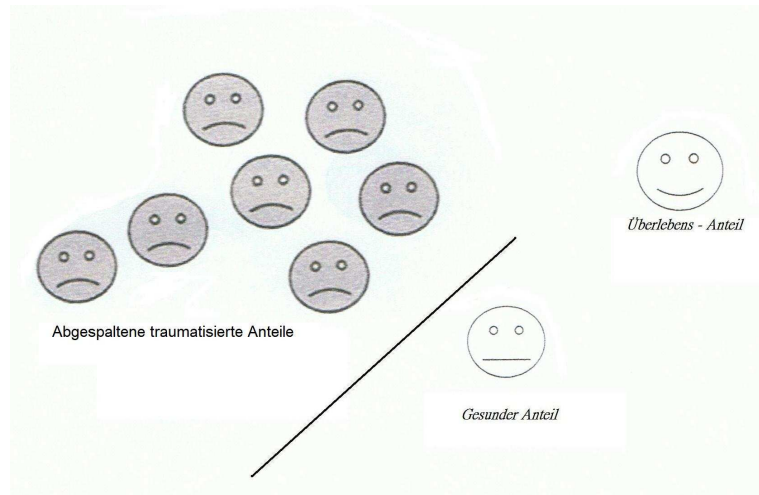


Abbildung 3 – gefertigt von der Autorin in Anlehnung an Ruppert 2007, S. 89

In diesen Abspaltungen sind wichtige Gefühle gebunden. Diese streben beständig danach, wieder befreit zu werden. Geschieht dies nicht, so staut sich im Inneren immer mehr auf, und es wird eine zunehmend stärkere Kontrolle nötig, um die verdrängten Inhalte an einem Durchbruch zu hindern.

Die Abspaltungen wirken unbewusst in die Gegenwart hinein und bestimmen so das Fühlen, Denken und Handeln. Bei den geringfügigsten Auslösern besteht die Gefahr, dass die Aufrechterhaltung der Abspaltung nicht mehr funktioniert und der betroffene Mensch die Herrschaft über das Bewusstsein verliert.

Wenn dies geschieht, dann erlebt sich dieser Mensch nicht mehr in seiner Gegenwart, sondern er denkt, fühlt und handelt wie in der Vergangenheit, als das Trauma geschah (vgl. ebd., S. 35). In solchen Momenten funktioniert bei Tätern das Gewissen dann nicht mehr. »Sie können dann keine Verantwortung mehr für ihr Handeln übernehmen« (Ruppert 2008, S. 110).

Von daher können traumatisierte Menschen eine Gefahr für andere werden; es sei denn, sie machen die Vorgänge in einem aktiven Heilungsprozess wieder rückgängig.

Geschieht dies nicht, so wirken sich die seelischen Spaltungen unweigerlich auf die späteren zwischenmenschlichen Beziehungen aus. Ihre gespaltenen Strukturen verhindern nicht nur den Aufbau tragfähiger Partnerschaften, sondern sie machen auch ihrerseits wiederum liebevolle Eltern-Kind-Beziehungen unmöglich. Da Menschen dazu neigen, ihre einstigen Erfahrungen mit den Eltern später auf andere Beziehungspersonen zu übertragen, werden die anderen erlebt und behandelt wie die einstige Bezugsperson, das heißt, diese werden ebenso innig geliebt, gefürchtet, gehasst und bekämpft.