

Trennungskinder

Christiane Lutz

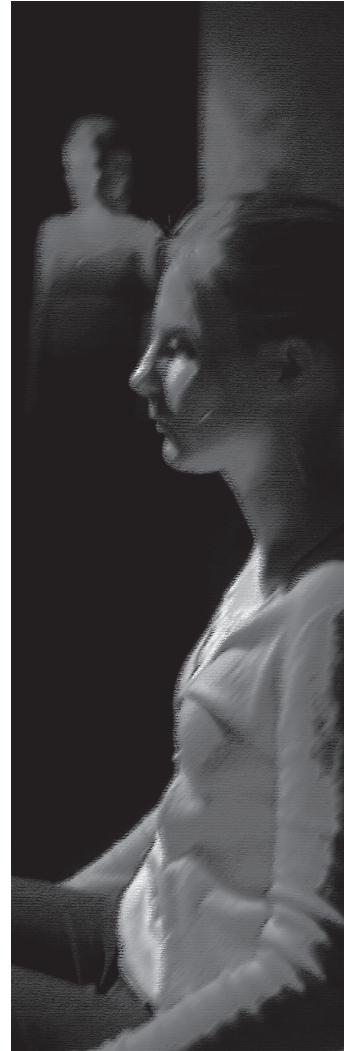
Immer mehr Menschen kämpfen mit Beziehungsproblemen. Immer mehr trennen sich nach einem kürzeren oder längeren gemeinsamen Lebensabschnitt. Die Leidtragenden sind immer die Kinder. Für sie ist Trennung und Scheidung der Eltern immer eine seelische Verletzung, oft ein Trauma. Damit die Wunde wieder, wenn auch mit Narbenbildung, heilen kann, braucht es Hilfestellungen. Ein emotionales Mitschwingen, das ihnen ermöglicht, das Verlusterleben wahrzunehmen, es in der ihnen gemäßen Form mitzuteilen und in der liebevollen Begleitung eines verständnisvollen Menschen zu verarbeiten.

Ich möchte nachfolgend auf unterschiedliche Verlusterfahrungen von Kindern und Jugendlichen eingehen, indem ich die Thematik anhand von vier Beispielen beschreibe und in verkürzter Form den Versuch unternehme, die analytische Konfliktbewältigung nachzuzeichnen. Hierbei beziehe ich mich im Wesentlichen auf die tiefenpsychologisch-analytische Psychologie C.G. Jungs, der entscheidende Impulse gegeben hat, unbewusstes und bewusstes Erleben symbolisch zu verstehen und innerseelische Konflikte in symbolischer Form einer Lösung zuzuführen.

In der Behandlung von Kindern bedeutet das, dass sie ihre Sorgen und Nöte nicht primär verbalisieren, sondern in der Sprache des symbolischen Spiels darstellen. Die Aufgabe des Therapeuten ist es, diese verschlüsselte Sprache zu kennen, sie in ihrer Aussage zu verstehen und eine (er)lösende Antwort in der gleichen Symbolsprache zu geben. So entwickelt sich Vertrauen, Sicherheit und der Mut, eigenständige Lösungen in Konfliktsituationen zu finden, ohne dass durch eine abstrakte Bewusstwerdung kindgemäßes Erleben und Verhalten zerstört wird. Die irri- ge Vorstellung, die Kinder dadurch lebensstüchtiger zu machen, fördert die Tendenz, sie zu früh einer rational-intellektuellen Weltbetrachtung auszusetzen. Damit besteht die Gefahr eines seelischen Ungleichgewichtes. Angemessene analytische Begleitung und Bewusstwerdung ist immer getragen vom Respekt vor der kindlichen Welt und dem Bestreben, dem Kind wieder zu einem innerseelischen Gleichgewicht zu verhelfen.

Fallbeispiel 1: Cornelia, 6 Jahre

Der Vater starb bei einem Autounfall. Die Mutter, eine sensible, zugewandte und verständnisvolle Frau, ist seitdem allein erziehend und fühlt sich hilflos und überfordert. Ihre Toch-



ter zeigt einerseits ein anklammerndes Verhalten – sie kann beispielsweise nicht allein auf die Toilette gehen – andererseits eine maßlose Aggressivität. Die zwei Jahre jüngere Schwester wird bei jeder Gelegenheit angegriffen und häufig wüst geschlagen. Trauer, Weinen und Verzweiflung gegenüber ist sie ungerührt, wirkt frech und weiß sich mit ihrem intellektuellen Redefluss immer wieder in den Mittelpunkt zu setzen. Inzwischen besucht sie die erste Klasse, bleibt jedoch mit ihren Leistungen weit unter ihrem intellektuellen Niveau. Gegen Gespräche über den Vater und dessen Tod wehrt sie sich vehement, es mache ihr nichts aus, dass er tot sei, er sei doch sowieso immer »so blöd« gewesen.

In den Therapiestunden spielte sich zunächst immer wieder das gleiche Beziehungsdrama ab: Cornelia wollte sich nicht trennen, verkündete, die Stunden bei der Therapeutin seien ganz blöd, sie wolle nie wieder kommen. Dabei konnte sie auf die Mutter wie die Therapeutin aggressiv einschlagen, um sich gleichzeitig, wenn die Mutter drohte zu gehen, mit allen Zeichen der Verzweiflung anzuklammern. War Cornelia schließlich im Spielzimmer, konnte sie sich auf die Spielangebote einlassen, wählte selbst mit großer Freude aggressiv gefärbte Interaktionen, in denen die Therapeutin als schlechtes und heuchlerisches, wenig verlässliches Objekt deklariert wurde. Im Rollenspiel mit Handpuppen war die Therapeutin die, der man nicht trauen durfte, die einen ins Abseits lockte, Versprechungen nicht einhielt und die Prinzessin in Todesgefahr brachte. Der König, der als Repräsentant des Väterlichen vorsichtig eingeführt wurde, war ein begehrter, aber gleichzeitig hilfloser und unzuverlässiger Zaungast, der weder schützende noch Struktur gebende Funktion besaß. Dieses Ungleichgewicht zwischen weiblich-gefährdender Dominanz und väterlichem Mangel konnte im Gespräch mit der Mutter entschlüsselt werden als Ausdruck eines fehlenden Ausgleichs im familiären Gleichgewicht, das bereits zu Lebzeiten des Vaters vorhanden und durch seinen Tod manifest wurde. Die Mutter, im Bestreben den Vater zu ersetzen, musste erkennen, dass dadurch nicht ein Ausgleich, sondern eine Verstärkung der Abhängigkeit von der Mutter entstand, was das archaische Mutterbild einer gleichzeitig lebensspendenden und lebensvernichtenden Mutter auf den Plan rief. Die hochambivalenten Verhaltensweisen des Mädchens konnten so als Reaktion auf diese beunruhigende Einseitigkeit verstanden werden: Einerseits war die für Cornelia anstehende Entwicklungsaufgabe, sich von der Mutter ein Stück weit zu lösen, was über eine Intensivierung der Beziehung zum Vater möglich gewesen wäre. Andererseits konnte diese Abgrenzung jetzt nicht angst- und schuldfrei gewagt werden, weil die Mutter die einzige wichtige Bezugsperson war. Über eine Distanzierung hätte sie gefühlsmäßig die Mutter an die Schwester verloren und wäre zu einem Alleingang gezwungen worden, den sie altersmäßig noch nicht hätte leisten können. So blieb Cornelia in einer hochgradigen Zwiespältigkeit stecken: Der Weg in die Progression war aufgrund der fehlenden Begleitung durch den Vater nicht gebahnt; die Abhängigkeit von der Mutter ließ sich nicht angemessen auflösen aus Angst vor Liebes- und Beziehungsverlust. So schwankte das innere Erleben des Kindes zwischen regressiven Sehnsüchten und der angstbesetzten Notwendigkeit einer progressiven Entwicklung, was sich in Verhalten und Symptomatik niederschlug. Therapeutisch war es zentrales Anliegen, eine Lösung dieses Dilemmas im Spiel mit den Puppen zu entwerfen: Es galt, das Männliche einmal in Gestalt des Königs zu stärken, ihn mit echter Autorität und Struktur auszustatten und die Macht der verschlingenden Hexe,

des gefährlichen (Mutter)Drachens, als Rolle der Therapeutin zudiktiert, zu relativieren. Dies konnte häufig nur mit List gelingen und wurde durch das Erzählen eines entsprechenden Märchens unterstützt («Ederland, die Hühnermagd»). Schließlich wurde analog zum Märchen als zukunftsorientierte Lösung ein mutiger Prinz eingeführt, der als Helfer den Weg aus Abhängigkeit und Gefahr entdeckte.

Fallbeispiel 2: Marco, 9 Jahre

Die Eltern ließen sich angesichts unüberbrückbarer Spannungen vor vier Jahren scheiden. Seitdem pendelt der Junge zwischen beiden Eltern hin und her: mal ist er drei Tage beim Vater, mal vier Tage bei der Mutter und umgekehrt. Die Eltern wollten den Schaden für ihr einziges Kind möglichst gering halten, versuchten sich »vernünftig« die Fürsorge zu teilen, was vordergründig auch gelang, obwohl beide Eltern nach Verlauf von fast zwei Jahren neue Partner hatten. Trotz der scheinbar optimalen Lösung der Eltern, die einen freundlichen Umgangston pflegten, entwickelte der Junge eine Reihe von Symptomen. Er klagte über Kopf- und Bauchschmerzen, wurde angesichts eines hohen Konsums an Süßigkeiten deutlich übergewichtig, war einerseits überangepasst, wurde andererseits von plötzlichem Wutanfällen gepackt, bei denen er häufig Objekte, insbesondere seine Lieblingsspielsachen zerstörte.

Beide Eltern waren extrem alarmiert, vor allem auch, weil sich depressiv-resignative Aussprüche häuften: er wolle nicht mehr leben, das Leben mache keinen Spaß mehr und ihn habe sowieso niemand lieb.

In der analytischen Arbeit spielten kämpferische Spielerien eine wichtige Rolle. Mit Holzschwertern wurde in unkontrollierter Form gefochten, so dass die Therapeutin nicht selten einen schmerzhaften Schlag abbekam. Auf den Boxball wurde genauso rigoros eingeschlagen. In diesem Zusammenhang konnte Marco bekennen, dass er eine furchtbare Wut auf die Eltern habe, die nur an sich dächten. Er traue ihrer Liebe nicht, denn wenn diese echt wäre, hätten sie doch an ihn gedacht und sich nicht getrennt. Sein Lei(d)tmotiv war: »Ich habe noch Vater und Mutter, aber keine Eltern mehr.« Die weiterhin untergründige Spannung zwischen den Eltern, die in einem Rivalisieren um die Gunst des Kindes ihren Niederschlag fand und zu einer verwöhnenden Erziehungshaltung führte, erzeugte im Jungen schwere Loyalitätskonflikte. Für ihn wurde zum Problem, dass er sich gezwungen sah, den »besseren« Elternteil in der Funktion des Züngleins an der Waage zu entdecken. Dies war umso belastender, als beide Eltern ihn nach den Tagen beim ehemaligen Partner nach dessen Tun ausfragten und nicht selten dessen Handlungsweise negativ bewerteten. Bei aller Vernunft ging so der Ehekrieg auf subtile Art und Weise weiter und wurde nun auf dem Rücken des Jungen ausgetragen. Es war vor diesem Hintergrund nicht verwunderlich, dass der Junge von seinem Bedürfnis, die Eltern »gerecht« zu sehen, so absorbiert war, dass er kaum noch Kräfte für den adäquaten Schuleinsatz erübrigen konnte, genauso wenig wie für den Kontakt mit Gleichaltrigen und die innere Auseinandersetzung mit der beginnenden Vorpubertät.

In der analytischen Arbeit mit größeren Kindern ist es wesentlich, dass sie die Möglichkeit haben, an und mit der Therapeutin das an Gefühlen auszuagieren, was mit den

realen Bezugspersonen zu viel Angst auslöst. So wird häufig die Therapeutin in einer »Als-ob-Situation« aggressiv bekämpft. Wichtig für den Patienten ist in diesem Augenblick, dass die Therapeutin die Wut annimmt, und ihre Berechtigung anerkennt. Man bezeichnet diesen Vorgang als »Übertragung« und meint damit, dass, vereinfacht gesagt, der Therapeut für die Dinge, die er nicht angerichtet hat, stellvertretend bestraft wird und die Situation so interpretieren muss, als ob er tatsächlich Täter oder Täterin ist. In der Annahme der massiven Emotionen, in der Akzeptanz und Betonung der Berechtigung wird Vertrauen aufgebaut, Selbstsicherheit erworben und damit die Basis geschaffen, dass ein Kind frei von Angst- und Schuldgefühlen seinen eigenen Weg suchen und Sicherheit bei Ersatzfiguren finden kann.

Fallbeispiel 3: Peter, 12 Jahre

Peters Eltern ließen sich scheiden, als er sechs Jahre alt war. Er schien die Trennung gut zu verkraften. Er zeigte keine Verhaltensauffälligkeiten und akzeptierte scheinbar problemlos den neuen Partner der Mutter und den sich entfernenden Vater. Erst in der Schule zeigten sich erste Verhaltensauffälligkeiten. Peter war in seinem Verhalten deutlich verlangsamt, er konnte sich schlecht konzentrieren, schrieb nahezu unleserlich und wirkte häufig abwesend, so dass zunächst seitens des Kinderarztes die Diagnose ADS ohne Hyperaktivität gestellt wurde. Die Eltern wollten sich nicht mit einer medikamentösen Therapie abfinden und suchten therapeutische Hilfe. In der Testuntersuchung (Projektive Tests, die die unbewusste Konfliktsituation eines Patienten zu erfassen suchen) wurde sichtbar, dass das Selbstwertgefühl des Jungen minimal war. Er erlebte sich unbewusst als schuldig an der Trennung der Eltern, vermisse den Vater und sah im neuen Partner einen Rivalen, der ihm die Mutter wegnahm.

Eine Trennung der Eltern in der so genannten ödipalen Phase, d.h. in einer Entwicklungszeit, in der der gegengeschlechtliche Elternteil ersehntes Objekt ist, bedeutet einerseits eine Art siegreichen Triumphes gegenüber dem überlegenen Vater, zum anderen wird dem Sohn aufgrund der Trennung die Identifikation und damit auch Versöhnung mit dem Vater unmöglich gemacht. Ein neuer Partner löst das Dilemma nicht, sondern vertieft die Irritation und bedeutet zusätzlich zum Vater auch einen Mutterverlust.

Die sich hinter der Symptomatik des Jungen versteckende Depression erforderte eine intensive analytische Begleitung, in der der Junge vor allem die Sicherheit und Unzerstörbarkeit des therapeutischen Gegenübers erleben musste. Er wählte für diese Erfahrung Gesellschaftsspiele, die jedoch immer wieder nach seinen eigenen Regeln umfunktioniert wurden, um seinen sicheren Sieg zu garantieren. So konnte er langsam sein Selbstwertgefühl stabilisieren und sich mit untergründigen Ängsten vor Liebesverlust mit Hilfe eines sein Verhalten weder korrigierenden noch bewertenden Verhaltens der Therapeuten auseinandersetzen. Die liebevoll-gewährende Wahrnehmung seiner Person konnte das erlittene Verlusttrauma ausgleichen, nicht aber den Schmerz nehmen, in einer entscheidenden Entwicklungsphase einen prägenden Verlust erlitten zu haben, der ihm nachfolgend Kränkungen, Empfindungen der Wertlosigkeit und der fehlenden Akzeptanz bei Mitschülern und Lehrern beschert hatte.

Fallbeispiel 4: Sofie, 15 Jahre

Die Eltern trennten sich nach langen Auseinandersetzungen, als Sofie mitten in der pubertären Entwicklung stand. Obwohl beide differenzierte Persönlichkeiten waren, entbrannte nach der Trennung eine Schlammschlacht, in die Sofie und ihr fünf Jahre jüngerer Bruder hineingezogen wurden. Sofie schwankte zwischen einer Identifikation mit der Mutter, die sich als langjährig Betrogene empfand und der Sehnsucht nach dem lockenden Vater, der mit der Freundin und deren zwei Töchtern in einer scheinbar heilen Welt lebte. Nachdem Sofie bereits vor der Trennung eine Therapie aufgrund einer Disharmonie zwischen emotionaler und intellektueller Reife bei parallel laufenden eruptiven aggressiven Ausbrüchen begonnen hatte, konnte der Versuch, mit der Entfremdung und Trennung der Eltern umzugehen, gut beobachtet und begleitet werden. Zunächst wurde spürbar, dass Sofie in einer unbewussten Delegation die Spannungen der Eltern, die zunächst noch unter der Decke schwelten, übernommen hatte und stellvertretend vor allem auch in der Beziehung zum Bruder aggressiv auslebte. Mit der Trennung der Eltern ließen die destruktiven Ausbrüche nach und Sofies Stimmungslage wurde zusehends depressiver: Sie zweifelte am Sinn ihres Daseins, spielte mit suizidalen Fantasien und begann sich zu ritzen. Dabei erklärte sie, dass sie sich nur über diese Handlungen kurzzeitig lebendig fühle, sich spüren könne, bevor sie wieder in den »düsteren Sumpf«, wie sie es bezeichnete, abglitt. Es folgten dann in der Therapie heftige Vorwürfe gegen den Vater, der als Täter erschien, während Sofie die Mutter als arme und verlassene Frau erlebte, die seitens des Vaters nur ausgenutzt worden war. In dieser Phase war es außerordentlich wichtig, als Therapeutin nicht parteiisch Recht zu sprechen, sondern sich auf das Mädchen und seine Suche nach der eigenen Identität jenseits eines Täter- oder Opferstatus zu konzentrieren. Dabei wurde Sofie bewusst, dass die Mutter von jeher in der sorgenden Mutterrolle aufgegangen war, jedoch nicht so sehr das Wohl des anderen im Auge gehabt, sondern sich unbewusst über diese Haltung Wert, Anerkennung und Macht verschafft hatte. Der Vater seinerseits, so konnte sie erkennen, wechselte letztlich nur die Person, nicht das Thema und tauschte eine dominante »Mütterlichkeit« gegen eine andere ein, letztlich um damit ein eigenes frühkindliches Defizit zu kompensieren.

Sofie versuchte zunächst, der schmerzlichen Erkenntnis der Begrenztheit der elterlichen Persönlichkeiten über eine Flucht nach vorn zu entkommen. Sie stürzte sich in wechselnde Jungenfreundschaften, um dort die Zärtlichkeit und emotionale Bezogenheit zu bekommen, die sie nach Auszug des Vaters in dem zunehmend depressiv gestimmten Elternhaus nicht mehr fand. Erst über eine Reihe von leidvollen und enttäuschenden Erlebnissen konnte Sofie erkennen, dass Sexualität nicht ersatzweise an die Stelle elterlicher Nestwärme treten kann. Sie musste zunächst lernen, den Verlust von Sicherheit und Geborgenheit zu betrauern und sich auf die eigene Entwicklung zu konzentrieren, eine Aufgabe, der sich der Vater entzogen hatte, die aber auch seitens der Mutter durch ihr Versinken im Selbstmitleid genauso wenig gelöst wurde. Sofie lernte, sich mit ihrem Allein-Sein in der Welt auseinanderzusetzen und zu verstehen, dass keine Beziehung halten kann, so lange die Flucht aus einer problematischen familiären Situation Triebfeder für Freundschaft und Sexualität ist.

Analytische Arbeit bedeutete in diesem Fall, zu lernen, sich in seinen hellen und dunklen Seiten zu akzeptieren und zu lieben. Eine Voraussetzung, um auf andere liebevoll zugehen zu können. Nicht Bedürftigkeit oder Besitzansprüche sollten im Vordergrund stehen, sondern die Fähigkeit, sich aus einem inneren Reichtum heraus zu verschenken. Diese Liebesfähigkeit musste Sofie jedoch erst in sich entdecken.

Bei Sofie war Mittel der Behandlung eine Gruppentherapie mit Gleichaltrigen, die über das Erleben der Befindlichkeit anderer, Einfühlung und Bezogenheit einübte. Gleichzeitig war die gemischte Gruppe auch ein Korrektiv, das das eigene Erleben und subjektive Verarbeitungsweisen relativierte. So sagte beispielsweise eine ein Jahr Ältere in der Gruppe: »Sexualität ist für mich noch kein Thema, ich fühle mich dafür einfach zu jung«.

Für die Gruppe als Ganzes war über lange Phasen das Malen mit unterschiedlichen Materialien ein wichtiges Ausdrucksmittel. Es erlaubte über das gegenständliche, aber auch abstrakte Bild eine Konfliktbewältigung, die durch das Verbalisieren unterstützt wurde. Dieses Malen aus dem Unbewussten ist gerade im frühen Jugendalter ein hilfreiches Mittel, Erkenntnis über das eigene Tun zu gewinnen. In der Deutung der Farbsymbolik und sich plötzlich entschlüsselnder Inhalte wird die eigene, in einer Gruppe vielfach gespiegelte Problematik nicht intellektuell, sondern emotional begriffen, und kann damit Lösungsimpulse aktivieren.

Gruppentherapie kann insofern eine hilfreiche Therapieform sein, weil gerade im Jugendalter Erkenntnisse über die Peer Group selbstverständlicher angenommen werden, als über eine Erwachsenenautorität. Die Heranwachsenden empfinden wie selbstverständlich Sein und Tun des anderen als das eigene und können in der Krisenzeit der Pubertät, in der auch das Innere schwankend nach neuen Positionen sucht, das Zerbrechen eines äußeren Haltes besser verarbeiten.

Trennung und Scheidung tut immer weh. Leidtragende bleiben Kinder und Jugendliche, weil sie noch existenziell auf ein Gehaltensein angewiesen sind, selbst wenn es im Jugendalter aussieht, als ob die Familie zur »Tankstelle« degradiert wird. Kinder und Jugendliche brauchen zur eigenen Persönlichkeitsbildung die Chance, sich von sich aus trennen zu dürfen, wenn es für *sie* an der Zeit ist. Ein vorzeitiges Verstoßenwerden aus der familiären Geborgenheit brauchen sie nicht. Untersuchungen weisen darauf hin, dass Kinder auch noch Jahre nach erfolgter Trennung die Hoffnung auf eine erneute Gemeinsamkeit der Eltern nicht aufgegeben haben. Trennung kann schicksalsmäßig eintreten. Sie kann für Erwachsene eine bessere Lösung sein, als in Fremdheit oder Feindseligkeit zusammenzuleben. Für Kinder wird sie immer ein schmerzlicher Einschnitt sein, der liebevolle Begleitung, Verständnis und Verantwortungsbereitschaft in erhöhtem Maße verlangt, um einer seelischen Fehlentwicklung vorzubeugen oder sie zu korrigieren.

Anmerkung: Psychotherapie für Kinder und Jugendliche ist eine Kassenpflichtleistung, die ohne primäre ärztliche Überweisung gewährt wird.

Zur Autorin: Christiane Lutz, Jahrgang 1942, ist verheiratet, hat einen erwachsenen Sohn und arbeitet seit 1971 in freier Praxis mit Kindern und Jugendlichen. Dozentin am C.G. Jung-Institut. Vortragstätigkeit, Mitarbeit beim Rundfunk und Fernsehen, zahlreiche Veröffentlichungen zur analytischen Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Familien und zur Interpretation von Märchen und Mythen.