

Ehrbarer Inzest, die unbekannte Verletzung

Dr. med. Manfred Dreier

4. Internationaler Kongress für Echte Psychotherapie und Alternative Psychiatrie
21.-23.06.2019, Lüsslingen-Nennigkofen

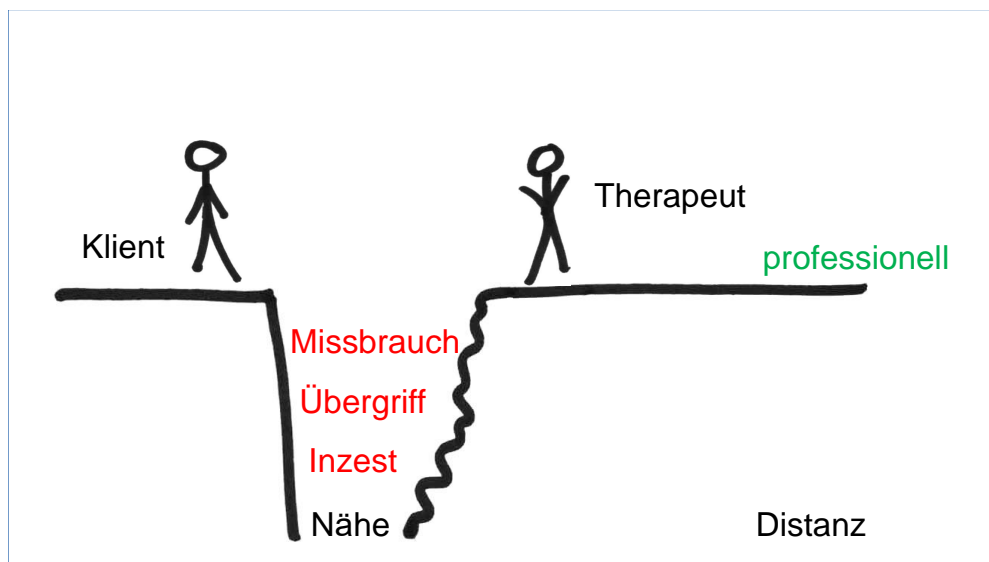
Disclaimer

Mit dem Begriff „ehrbarer Inzest“ soll in keinsten Weise Inzest als etwas Ehrbares bezeichnet werden. Ehrbarer Inzest ist das Gegenstück zum vollzogenen Inzest und wird in diesem Vortrag erklärt, definiert und in einen grösseren Zusammenhang gestellt. Vollzogener Inzest und sexueller Missbrauch sind schrecklich und Ausdruck eines verdorbenen Geistes. Mit keinem Wort und zu keiner Zeit wird oder wurde solches Verhalten von uns gutgeheissen oder als therapeutische Haltung proklamiert, und schon gar nicht praktiziert. Die Verdrängung und das Wahrnehmungstabu um die Libido sind der Nährboden für das Entstehen eines verdorbenen Geistes.

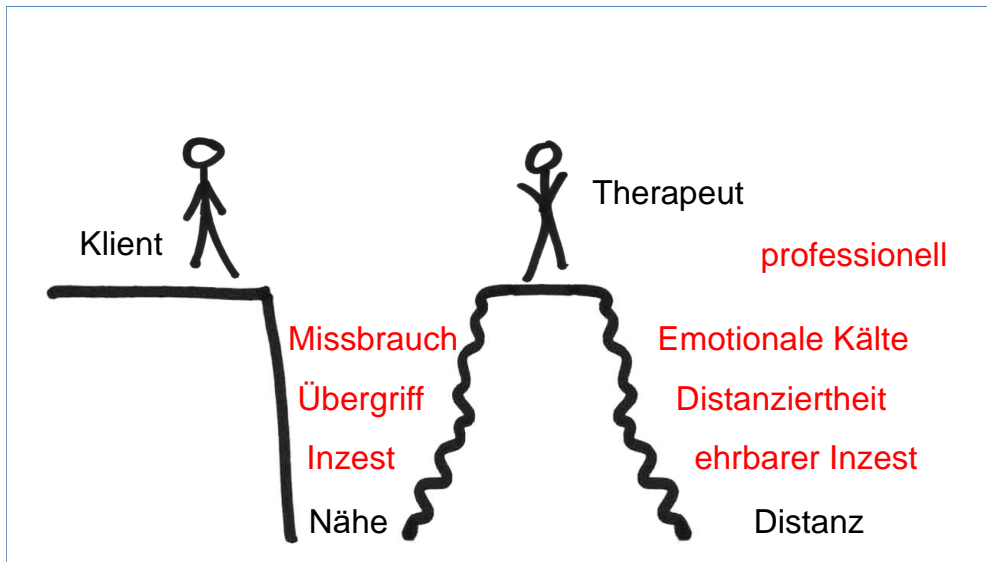
Das wichtigste in 5 Minuten

In der Psychotherapie sind Nähe und Distanz sehr wichtige Themen. Erstaunlicherweise habe in meiner ganzen Ausbildungszeit sehr viel über das Zuviel an Nähe, aber kein einziges Wort über ein Zuviel an Distanz erfahren. Das lässt in einem jungen Ausbildungskandidaten folgendes Bild aufkommen. Abb. 1.

Wenn sich zwei Menschen als Klient und Therapeut gegenüber stehen, dann tut sich im Ausloten der stimmigen Nähe und Distanz ein Abgrund auf. Während die Nähe gefährlich ist, hier drohen Missbrauch, Übergriffe und (therapeutischer) Inzest, ist Distanz etwas Sicheres, etwas Professionelles.



Nun ist dieses Bild aber nicht ganz korrekt, weil es nicht ganz vollständig ist. Auch ein Zuviel an Distanz kann verletzen oder schädlich sein. Wir sprechen hier von emotionaler Kälte, Zurückweisung einer eigentlich vorhandenen Nähe und professioneller Distanziertheit. Samuel Widmer sprach hier von ehrbaren Inzest. Abb. 2.



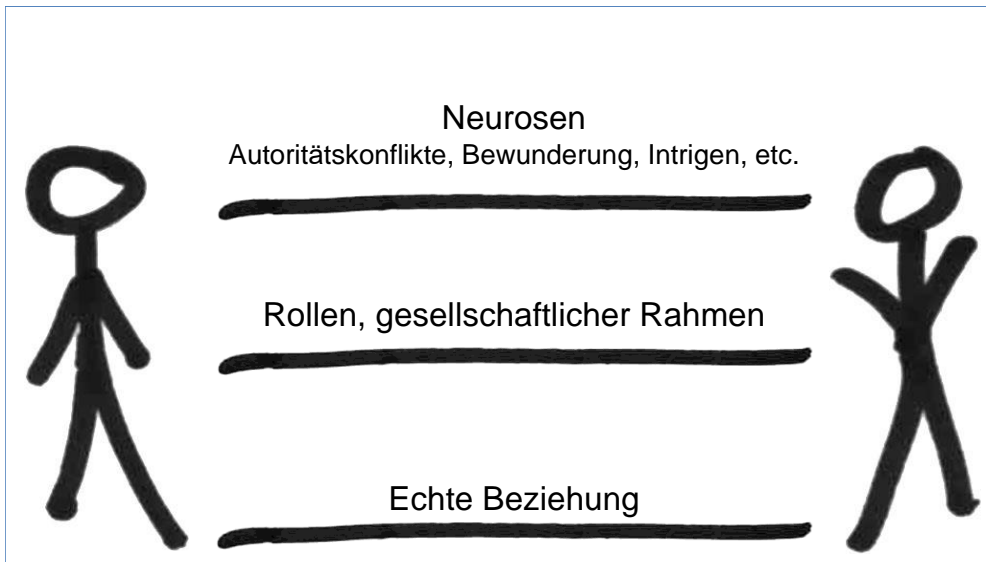
Widmer wollte dem viel beachteten Begriff des Missbrauchs und des vollzogenen (therapeutischen) Inzest ein Pendant gegenüber stellen, das klar macht, dass auch hier eine weitreichende Verletzung geschieht. Wenn das Kind in die Pubertät kommt, ist vor allem der gegengeschlechtliche Elternteil damit konfrontiert, dass in ihm/ihr sexuelle Gefühle aufkommen könnten. Dass diese Gefühle und Regungen da sind, wird nicht wahrgenommen, es ist tabu. Das ist das Inzesttabu. Weder in Gedanken, noch im Fühlen, noch im Sprechen darüber ist diese Liebe und Anziehung präsent. Um ehrbar zu bleiben und nicht in Gefahr zu laufen, übergriffig zu werden, weisen die Eltern das Kind zurück. Der ehrbare Inzest ist die verbreitete und akzeptierte Reaktion auf die Schwierigkeit im Umgang mit dem Inzesttabu. Samuel Widmer weist als erster daraufhin, dass diese Zurückweisung ähnlich traumatisierende und tiefgreifende Konsequenzen auf die psychische Entwicklung eines Heranwachsenden hat, wie ein stattgefundenener Übergriff. In einer Therapie wird diese alte Verletzung wieder aktualisiert. Auch hier droht, dass der Therapeut die wahren Gefühle nicht zulassen und mit dem Klienten anschauen will oder kann, und es erneut zur Zurückweisung, zur Wiederholung des ehrbaren Inzests kommt. In den hier aufgezeichneten zweiten Abgrund lässt man junge Therapeutinnen und Therapeuten hineinrasseln. Uns wurde dieses Verhalten beigebracht als professionell.

Hier ein nächstes Bild. Was sehen Sie hier?

<https://iadsb.tmgrup.com.tr/1de902/645/344/0/46/800/472?u=http://i.tmgrup.com.tr/dailysabah/2016/07/11/1468264979545.jpg>

Die Frau auf dem Bild ist Ieshia Evans, eine damals 35-jährige Krankenschwester und Mutter eines fünfjährigen Sohnes. 2016 stellte sie sich bei einer Demonstration gegen weiße Polizeigewalt an Afroamerikanern einer Schar von schwer gerüsteten Polizisten entgegen. Ähnliche solche Aktionen kennen wir schon aus der Geschichte, vom Prager Frühling über Anti-Vietnamkrieg-Demonstrationen bis hin zum Tian'anmen-Platz in Peking. Was diese Aktion so eindrücklich und wirkungsvoll macht, ist dass die Frau die echte Beziehung zu den Polizisten aufsucht. Später sagte sie zu ihrer Haltung: „*Ich bin menschlich. Ich bin eine Frau. Ich bin eine Mutter. Ich bin eine Krankenschwester. Ich könnte deine Krankenschwester sein. Ich könnte mich um dich kümmern.*“ Quelle wikipedia.org

Wenn zwei Menschen sich gegenüber stehen, ist da als Basis immer eine echte Beziehung – ungeachtet der Rollen, in der sich die beiden Menschen befinden. Über diese Ebene der echten Beziehung kommt eine Ebene mit den Rollen, die die beiden Menschen innehaben, der gesellschaftliche Bezugsrahmen. Und darüber liegt dann die Schicht der Neurosen – seien es Autoritätskonflikte, Bewunderung, Intrigen, etc. Abb. 4.



Diese Grundlage der echten Beziehung ist immer da, ob man sie wahrnimmt oder nicht, egal ob man jetzt Polizist und Demonstrantin, Vater und Tochter oder Therapeutin und Klient ist. In einer üblichen Therapie arbeitet man sich nur durch die Schichten der Neurosen hindurch. Die Schicht der Rollen, des gesellschaftlichen Bezugsrahmens bleibt unangetastet. Das ist die gesellschaftliche Übereinkunft, das ist das Inzesttabu.

Ich gehe im Folgenden auf vier Phasen ein:

- Die ödipale Phase (4 – 6-jährig)
- Die beginnende Pubertät
- Das Erwachsenenalter
- Die Psychotherapie

Die ödipale Phase

Um euch einen Eindruck von einem natürlichen Umgang in der ödipalen Phase zu vermitteln, hört ihr im Folgenden eine Meditation zur Beziehung zwischen Mutter und Sohn.

Die Männer sollen sich bitte vorstellen, sie sind 4-5 Jahre alt, und die Frauen versetzen sich in die Lage, die Mutter eines solchen Kindes zu sein.

Stell dir vor, du bist an einem Sommerabend im Garten. Du hast dich ausgezogen. Deine Mutter kommt, um dich ins Bett zu bringen. Genüsslich pinkelst du auf die Wiese. Schelmisch lächelst du deine Mutter an, und sie lächelt zurück. Du schiebst die Vorhaut vor und zurück bis dein kleiner Penis steif wird. Das hast du neuerdings entdeckt. Eine freudige Wonne durchströmt deinen Körper. Und deine Mutter freut sich mit dir. Sie umwickelt dich mit einem Handtuch und bringt ins Zimmer hoch. Sie geht zum Kleiderschrank um ein Pyjama für dich zu holen. Du rennst ihr hinterher und drückst dein Gesicht genüsslich gegen ihren Po. Du fühlst diesen weichen Hintern und möchtest am liebsten in sie eintauchen. Deine Mutter hilft dir, den Pyjama anzuziehen und legt sich mit dir auf dein Bett. Sie erzählt dir eine Geschichte, während du sie genau anschaust, wie sie ihre Lippen bewegt, ihr Ausdruck in den Augen. Dein Blick geht hinunter über den Hals, das Decolleté, zur Brust. Du legst deinen Kopf auf ihre Brust, riechst daran. Du fasst mit der Hand an eine Brust. Und du spürst, wie es euch beide aneinander zieht. „Aua, das ist zu fest!“, hörst du deine Mutter. Du schrickst zurück, aber im nächsten Moment drückt sie dich wieder an sich. „Ich liebe dich“, flüstert sie dir ins Ohr.

Ich gehe hier nicht näher auf die Bedeutung der früheren Phasen der Kindesentwicklung ein: die Schwangerschaft, die Geburt, die Säuglingszeit und die sogenannte anale Phase. Ein kleines Beispiel aus der Säuglingszeit. Haben Sie das auch schon beobachtet, wenn eine Mutter mit einem Kind im Kinderwagen in einen Bus einsteigt. Das Kind ist neugierig und sucht in seiner Unschuld den Blickkontakt zu Fremden. Ein solcher Fremder schaut oft nur sehr kurz das Kind an, lächelt vielleicht verlegen. Sagt höchstens mal ein Wort zur Mutter und wendet sich dann ab. Kaum einer bleibt so lange in Blickkontakt, wie das Kind das möchte. Es ist das Übliche, viel zu distanziert zu bleiben.

In der ödipalen Phase – dies hat Sigmund Freud als erster beschrieben und herausgearbeitet – geht es darum, dass ein Kind im Spannungsfeld steht zwischen der Anziehung zum gegengeschlechtlichen Elternteil und der Rivalität zum gleichgeschlechtlichen. Es geht um das Ur-Dreieck Vater-Mutter-Kind. Hier lernt ein Kind mit der Dreieckskonstellation umzugehen. Ein Mädchen löst sich allmählich aus der symbiotischen Zweierbeziehung mit der Mutter, indem es sich dem Vater zuwendet. Ein Junge hat ein bisschen ein komplizierteres Manöver zu vollführen. Er fühlt sich zuerst zum Vater hingezogen, identifiziert und solidarisiert sich mit ihm, um sich von der Mutter zu lösen. In einem nächsten Schritt kann er dann aus der gewonnenen Distanz die Mutter als ein Gegenüber zu begehren. Dabei wird der Vater zum Rivalen, was im Knaben Schuldgefühle auslösen kann. Freud rang hier mit einigen Schwierigkeiten. Sehr wissbegierig las er Berichte von Anthropologen und Forschungsreisenden, die Naturvölker besucht hatten. Er wollte gerne erfahren, wie ein Kind natürlicherweise aufwächst, weil er wusste, dass die damalige Gesellschaftsmoral in Europa dem natürlichen Wesen eines Kindes total widersprach. Freud kam zu dem aus heutiger Sicht nicht ganz korrekten Schluss, dass das Kind lernen müsse, auf die Lust zum gegengeschlechtlichen Elternteil zu verzichten, um erst im Erwachsenenalter seine Lust auszuleben. Er behauptete, der Verzicht auf diese Lust ist die Grundlage der Kultur. Frei vom Inzesttabu seien höchstens die „Wilden“, die Naturvölker oder Tiere. Freud hatte Recht in Bezug auf die Handlungsebene. Aber der Verzicht auf eine sexuelle Handlung heisst nicht, dass die Gefühle nicht da sein dürfen, dass man sie wahrnehmen, erleben und auch geniessen darf.

Samuel Widmer griff hier den Faden auf und benannte klar, worum es in dieser Lebensphase geht. Es geht darum dreiecksfähig zu werden – als Kind mit den Eltern, aber auch als Eltern mit dem Kind. Dreiecksfähig heisst, nah, innig, bezogen zu dritt miteinander zu sein, wechselseitig das Ausgeschlossenensein auszuhalten und den anderen beiden zu gönnen, was sie miteinander haben.

Missbrauch in dieser ödipalen Phase geschieht meist auf der Grundlage, dass ein Erwachsener die kindlich-lustvollen Impulse mit seiner erwachsenen Vorstellung von Sexualität und seinen eigenen ungestillten Bedürfnissen vermischt. Aus Angst davor will mach ein Erwachsener „ehrbar“ mit dieser Situation umgehen, und verklemmt sich seine Wahrnehmung und seine Gefühle in der Beziehung zum Kind gänzlich. Haben Sie z.B. als Kind ein positives Feedback bekommen für das Zeigen ihrer Genitalien, oder das Masturbieren? In manchen Familien spüren die Kinder schon instinktiv, dass das nicht drin liegt, und versagen es sich von vornherein, sich nackt oder lustvoll zu zeigen. Viele Männer schämen sich später für ihre Erektionen, das nahm in diesem Alter seinen Anfang. Viele Frauen masturbieren nicht, oft weil es scham- oder moralbesetzt ist.

Nebst dem Missbrauch auf der einen Seite und der Zurückweisung im ehrbaren Inzest auf der anderen Seite gibt es noch eine weitere Schädigung, die in dieser Phase geschehen kann. Das Kind wird zum ödipalen Gewinner (Lasky 1984, Rothstein 1979). Es verdrängt den gegengeschlechtlichen Elternteil aus seiner Position. Wenn z.B. das Kind immer im Elternbett schlafen will, und sich ein Elternteil dann aufs Sofa oder ins Gästezimmer zurückzieht. Oder wenn Trennungen in dieser Phase passieren. Solche Störungen sind sehr schwer zu therapieren, weil Betroffene etwas zurückgeben müssen, was sie quasi zu Unrecht erhalten

haben, den Platz der Mama oder des Papas. Oft sieht man solche Menschen im Erwachsenenleben als dauernde Geliebte oder heimliche Liebhaber. Auch in der Therapie machen sie oft nicht Halt vor sexuellen Avancen.

Die beginnende Pubertät

Auch in der folgenden Meditation möchten wir einen Eindruck eines ganz natürlichen Umgangs, diesmal zwischen Vater und Tochter zur Zeit der beginnenden Pubertät vermitteln.

Nun können sich die Frauen vorstellen, dass sie 12 Jahre alt sind. Und die Männer können sich in die Lage versetzen, der Vater eines solchen Mädchens zu sein.

Es ist Frühling an einem Samstag. Du probierst gerade ein bauchfreies Top an, dass du gestern von deinem Taschengeld gekauft hast. Es ist zwar noch etwas kühl, aber diese kindischen Unterhemden mit den Mustern magst du überhaupt nicht mehr anziehen. „Kann ich das so anziehen?“, fragst du deine Mutter. „Ja, das steht dir gut. Für draussen ist es vielleicht noch zu kühl“, antwortet sie. Oft musst du im Haushalt helfen, doch heute nicht. Dein Vater hat sein Motorrad aus der Garage genommen und beginnt es zu reinigen und daran rum zu schrauben. Du genießt es einfach, ihm zuzuschauen, auch wenn du nicht verstehst, was er da macht. Es ist ein zeitloses Gefühl, du sitzt einfach nur stumm da und schaust ihm zu. Du bewunderst ihn, was er da so macht, und wie er über alles Bescheid weiss. Letztes Jahr wolltest du schon mit ihm auf dem Motorrad fahren. Er sagte, du kannst, wenn du zwölf bist. Und jetzt bist du zwölf. Eine kribbelige Spannung macht sich in dir breit. Du beisst auf deine Unterlippe, als er in deine Richtung blickt. Weiss er noch, was er letzten Sommer gesagt hat? „Willst du heute mitfahren?“, hörst du ihn fragen. Du springst auf und hüpfst ihm um den Hals. „Ja! Du bist der beste Papi der Welt.“ „Und du bist die hübscheste Tochter der Welt!“, antwortet er. „Aber hol noch eine Jacke, und ich gebe dir noch ein Nierengurt.“ Als du das Ding siehst, stänkerst du ein wenig: „Wie zieht man dieses Ding an?“ Dein Vater legt ihn dir geschickt um die Taille und streicht dir über den Bauch als er den Velcro-Verschluss andrückt. Er zieht dir noch einen Helm an und schaut dir in die Augen. „Bist du bereit?“ Und wie, dein ganzer Körper vibriert. Du kannst dir gerade nichts Schöneres vorstellen, als mit deinem Vater auf dem Motorrad über die Strassen zu kurven.

Wenn in der ödipalen Phase vielleicht vieles noch gut geglückt war, weil ein unschuldiges Kind noch mühelos zu lieben war, so wird spätestens mit Beginn der Pubertät das zur Frau oder zum Mann werdende Kind zurückgewiesen. Das Mädchen darf nicht mehr auf Papas Schooss sitzen (er könnte ja eine Erektion bekommen, und sie könnte es wohl merken), sie darf den Vater nicht mehr auf den Mund küssen, nicht mehr mit ihm auf dem Sofa oder im Bett kuscheln. Noch viel mehr als solche offensichtlichen Signale sind versteckte, subtile Zurückweisungen, oder die emotionale Abkühlung im Kontakt. Die Tochter fühlt sich falsch für ihre erwachende Weiblichkeit, sie versteht die Zurückweisung und Distanzierung nicht. Wenn ich heute manche junge Frau jenseits der 20 sehe, z.B. Miley Cyrus, Cheerleaders, etc., die sehr mit ihren sexuellen Reizen spielen, dann sehe ich darin vor allem, dass sie als Frau, als sexuell reifes Wesen wahrgenommen werden wollen. Zum Teil versucht die Tochter in dieser Phase noch einmal die Mutter vom Thron zu stossen, und „die bessere Frau“ für den Papa zu sein. Eine tragfähige Beziehung zwischen den Eltern ist hier von entscheidender Bedeutung. Auch dass die Mutter ein erstrebenswertes Vorbild als Frau ist. Und der Vater ein ebensolches als Mann.

Und die Jungs? Da habe ich ehrlich gesagt den Durchblick noch nicht vollständig. Es überschneiden sich oft Merkmale von ehrbarem Inzest und ein Zuwenig an väterlicher Führung und Vorbild und ein Zuwenig an Grenzen von beiden Eltern. Jungs wollen als Mann wahrgenommen werden, prusten sich mit Mutproben und lässigen Gesten. Auf eine Verniedlichung in ein kindliches Stadium reagieren sie grob und gehässig. Die vielgenannte

„bitch“ in den Rap-Texten drückt das aus, dass sie die Starken sein wollen, dass die Frau gefügig sein soll. Wer ist die „bitch“, die sich alles gefallen lassen soll, und sie immer noch lieben soll? Es ist die Mutter. Die Söhne wollen die Mutter von ihrer Position als die Grosse herunterzerren, auf ihr kindliches Niveau, das nach schneller Befriedigung strebt. Die Aufgabe eine Mutter ist es, den Sohn hoch zu locken auf die Erwachsenenenebene, seine Lust zu verantworten und zu lernen, eine für sich Frau zu gewinnen.

Das Erwachsenenalter

Nehmen wir an, ich treffe mit meiner Frau zusammen ein befreundetes Paar. Das Übliche – und das beinhaltet grosse Distanz, beendet im Grunde genommen bereits zum Vornherein ein tieferes, ein wirkliches Bezogensein –, das Übliche ist, dass weder ich mit der Frau meines Freundes, noch meine Frau mit ihm wirklich und wahrhaftig in Beziehung stehen dürfen. Es ist verboten, sich bewusst zu werden, es miteinander abzuklären, es auszusprechen, es zwischen uns da sein zu lassen, wie wir es wirklich miteinander haben, wie wir zueinander stehen. Das, was wirksam ist in dieser Tatsache, nenne ich das Inzest-Tabu, weil sich die Beziehungsstörung, die sich darin zeigt, auf dem Urdreieck Vater-Mutter-Kind, in dem wir sie erworben haben, begründet. Ich befasse mich gar nicht mit dem Inzest, sondern mit den Folgeerscheinungen des Inzest-Tabus, und zwar ausschliesslich in den Beziehungen erwachsener, reifer und unabhängiger Menschen. Wäre es nicht viel schöner, wenn zwischen meiner Frau und meinem Freund, zwischen mir und der Gattin meines Freundes Wahrhaftigkeit blühen dürfte, wenn wir mit der Wahrheit dessen, was wir tatsächlich füreinander empfinden, zu leben verstünden? Nicht, dass wir etwas konstruieren müssten, etwas vorgeben müssten, was gar nicht da ist. Darum geht es nicht. Es geht um keine Ideologie, weder um die der Zweierbeziehung, noch um die der freien Liebe, noch eine andere. Es geht um unsere Wirklichkeit. Würde nicht darin Innigkeit und Freundschaft blühen, ein Glück, das wir noch nicht kennen? Und vor allem auch Intelligenz, die nicht alles auf die Auffassungsgabe unseres Flachlandgeistes, wie ihn Ken Wilber nennt, zu reduzieren braucht? Grösse würde es brauchen dazu, Erwachsen-Sein und die Überwindung des Inzest-Tabus eben. Seine Auflösung. Nichts würde darin zerbrochen, kein Tabu würde gebrochen. Aufgelöst würde es, transzendiert in einer vorsichtigen, liebevollen und intelligenten Betrachtung aller Wahrheiten zwischen uns.

Zu sehen ist verboten. Wirklichkeit zu sehen, Wahrheit zu sehen, ist verboten. Man darf sich nicht entwickeln, nicht entfalten. Man darf nicht wachsen. Man darf nicht erwachen für die höchste Intelligenz, die der Geist des Flachlands nicht kennt. Wir dürfen nicht wirklich Freunde sein.

Samuel Widmer, Des Kaisers Nacktheit - des Kaisers Dummheit, S. 294

Dieses Bild beschreibt eine typische Szene, in der das Inzesttabu wirkt, obwohl es sich nicht um inzestuöse Beziehungen handelt. Und das Inzesttabu reicht noch weiter. Auch in mancher Paarbeziehung ist es tabu, einander einzugestehen, was man vom anderen gerne möchte. Und selbst vor einem selbst wirkt das Inzesttabu, viele Menschen können selbst alleine nicht ungezwungen nackt sein oder viele Frauen haben ihren Intimbereich noch nie genau angeschaut.

Und was sind die gesellschaftlichen Auswirkungen dieses flächendeckenden Tabus? Wir dürfen uns nicht wirklich begegnen. Das natürliche Spiel von Interesse und Anziehung darf nirgends frei stattfinden, echte Beziehung darf nicht stattfinden. Wir sind unterteilt in Nationen, in Gesellschaftsschichten, in Rollen, in Parteien, in Nachbarschaften etc. ohne wirkliches Bezogensein. Und ohne dies fühlen wir uns einsam, nicht geliebt, müssen Angst haben vor den anderen, Angst haben, zu kurz zu kommen, müssen geizig sein, mit dem was wir haben, müssen es mit Waffen verteidigen.

Unter den Menschen und zwischen Männern und Frauen herrscht Krieg, auch unter den Männern und unter den Frauen. Wie oft sieht man das überhaupt, dass jemand einfach liebt? Es scheint seit Anbeginn der menschlichen Zivilisation das einzige Ziel des Liebeswerbens zu sein, den anderen in sein Gärtchen zu locken, Besitz von ihm oder ihr zu ergreifen und die anderen von diesem Glück auszusperrten.

Eine weitere Wirkungsweise des Inzesttabus im Erwachsenenleben sind Projektionen. Speziell in Liebesbeziehungen oder in hierarchischem Gefälle werden viele Elternprojektionen auf den anderen gemacht. Krampfhaft wird versucht, vom anderen das zu bekommen, was einem als Kind gefehlt hat. Wir sprechen von Lernbeziehungen. Erst wenn sich beide von ihren neurotischen Mustern ganz befreit haben, kann die Wesensbeziehung zum Vorschein kommen. Und beim Thema Muster auflösen sind wir dann schon bei der nächsten Phase, der Psychotherapie angelangt.

Der ehrbare Inzest in der Psychotherapie

In einer Psychotherapie werden Liebesübertragungen und sexuelle Anziehung re-aktualisiert auf den Therapeuten wahrgenommen. Die Therapie führt durch die Aufdeckung und Bearbeitung dieser inzestuösen Beziehungswünsche hindurch. Schon vor über 100 Jahren erkannte Freud die Zwickmühle, die sich für Therapeuten aus dieser Situation ergibt, einerseits die verdrängten libidinösen Wünsche ans Licht zu holen und andererseits nicht mit persönlichen Wünschen auf die Liebesübertragung zu reagieren. In diesem Spannungsfeld gibt es keinen einfachen Weg.

Wenn Menschen mit Verletzungen in der ödipalen Phase (seien dies Übergriffe oder Zurückweisungen) in Therapie kommen, lässt sich oft nicht nach dem Schema von Abb. 4 vorgehen, dass man sich zuerst durch neurotische Schichten hindurcharbeitet und danach die Ebene der Rollen und des gesellschaftlichen Bezugsrahmens anschaut. Meist stellen Klienten schon von Beginn weg die Rolle des Therapeuten in Frage. In Fachkreisen wird von Tests gesprochen, sie würden den Therapeuten testen. Ich sage dem, sie suchen die echte Beziehung auf, genauso wie die Demonstrantin mit den Polizisten, sie suchen den Menschen hinter der Rolle. Und deshalb sind sie auch nicht mit einer therapeutischen Technik zu kurieren, man muss ihnen als ganzer Mensch begegnen.

Mehr noch als am Schmerz der Erfahrung leiden die Menschen an der Unfähigkeit (wieder) zu lieben und zu vertrauen. Meine nicht repräsentative Erfahrung zeigt, dass Betroffene des ehrbaren Inzests, der Zurückweisung also, weitaus häufiger und hartnäckiger Mühe haben, ihr Herz wieder zu öffnen und zu lieben als solche die einen Missbrauch erlebt haben. Genauso wie alle anderen Menschen sind auch Therapeuten Mitglieder ihrer Gesellschaft und ihrer Zeit. Der ehrbare Inzest ist auch in ihnen angelegt. Und nebst dem Guten, das uns Freud beschert hat, hat er an diesem Punkt die Psychoanalyse in eine ungünstige Richtung gelenkt. Sein Zitat:

„Ich kann den Kollegen nicht dringend genug empfehlen, sich während der psychoanalytischen Behandlung den Chirurgen zum Vorbild zu nehmen, der alle seine Affekte und selbst sein menschliches Mitleid beiseite drängt...“

Sigmund Freud, Ratschläge für den Arzt bei der psychoanalytischen Behandlung (1912), Kapitel 15

Freud legte damit den Grundstein für Generationen von unnatürlich gefühlskalten und meist verkopften Analytikern. Es ist das Abbild eines ehrbaren Vaters. Claire Douglas schreibt vom „verpassten Inzest“, wenn zu viel Kälte und Distanziertheit in der Therapie herrschte, und der Klient oder die Klientin sich zu keinem Zeitpunkt begehrenswert gefühlt hat. Es ist eben nicht die Indifferenz des Therapeuten, die heilt, sondern die Liebe. Manchmal schliesst man eine Therapie ab, das angestrebte Ziel wurde erreicht. Die Klientin ist zwar frei von Symptomen,

aber ganz glücklich ist sie irgendwie nicht. Man hat das Gefühl, dass man etwas verpasst hat, man hat nicht wirklich in die echte Beziehung geschaut, es ist eine funktionale Beziehung geblieben.

In den Schwierigkeiten mit dem Umgang mit dem Inzesttabu tauchen noch weitere Gefahren auf. Mathias Hirsch spricht von „latentem Inzest“. Dabei wird keine unstimmgige Handlung begangen, aber inzestuöse Gefühle dominieren in einer unguuten Weise das Verhältnis zwischen Kind und Elternteil oder Klientin und Therapeut. Ursache ist das Verdrängen, das Nicht-wahrnehmen-Wollen der eigenen Libido. Durch unbewusste Signale heizt ein solcher Therapeut die Liebesübertragung in ungünstiger Weise an. Es kann zu Missverständnissen kommen, die in einem nächsten Gefahrenfeld münden. Robert Alan Lewis spricht von „paradoxem Missbrauch“, wenn man jemanden, den man eigentlich mag und sich allenfalls sogar hingezogen fühlt, mit Kälte und Distanziertheit „bestraft“, oder aus einer moralischen Warte seine Liebesgefühle beurteilt und beschämt.

Die Psychoanalytiker haben zu lange ausser Acht gelassen, dass auch die Eltern und die Therapeuten ein Unbewusstes, und auch inzestuöse Neigungen haben. Jean LaPlanche verdanken wir diese Erkenntnisse. Bei Freud war die Welt noch überschaubar. Das Kind habe ungehemmte Libidoimpulse, das Kind sei der Verführer, der Erwachsene der Verführte. Der Erwachsene setzte eine Grenze mit dem Inzesttabu. Doch haben auch Eltern oder manchmal auch die Therapeuten inzestuöse Wünsche und Impulse und das Kind oder die Klientin müssen sich schützen, indem sie ein Verbot aufstellen. Eine solche Grenze ist nicht gleichzusetzen mit dem Inzesttabu. Es ist im Gegenteil ein gesunder und natürlicher Schutzimpuls, den es zu respektieren gilt. Ein solches von Eltern oder Therapeuten ausgehendes Verhalten ist unter dem „latenten Inzest“ einzuordnen.



Jetzt sieht das Bild schon viel komplexer aus. Aus Angst vor dem vollzogenen Inzest flüchten die meisten in den ehrbaren Inzest, wie ihn Samuel Widmer nennt, die Zurückweisung der Liebesgefühle. Ein Kind oder ein Klient bleibt mit einem Gefühl des verpassten Inzests zurück, wie es Claire Douglas nennt. Hand in Hand mit dem ehrbaren Inzest geht der latente Inzest, wie ihn Mathias Riesch beschreibt. Durch das selbst auferlegte Wahrnehmungstabu können unbewusste Signale die Liebesübertragung anheizen. Kommen diese Gefühle dann ins Bewusstsein neigt man zum paradoxen Inzest laut Robert Alan Lewis, die Umkehr ins Gegenteil.

Bei so vielen Inzestbegriffen kann man natürlich auch Kritik anbringen. Und Claire Douglas nimmt diese vorweg. Sie zitiert C. G. Jung, der den Begriff Inzest als zu eng gefasst für seine

Bedeutung sah. Es ist dabei wichtig festzuhalten, dass Inzest in den oben genannten Varianten immer eine Handlung bedeutet, sei es ein Übergriff, eine Ersatzhandlung, eine Zurückweisung oder eine Umkehr ins Gegenteil. Alle diese Handlungen sind auf ihre Art schädlich. Das Gegenstück zu einer Handlung ist das Nicht-tun, der Verzicht. Das ist die hohe therapeutische Kunst. Und das gleiche gilt auch im familiären Umfeld. Gefühle und Anziehung, sind als Fakten zwischen Menschen vorhanden. Zwischen Vater und Tochter, zwischen Mutter und Sohn ist fast immer eine spezielle Verbindung. Und daran ist nichts schlecht. Gibt es einen schöneren Start ins Leben als mit voller Inbrunst von Vater oder Mutter geliebt zu werden? Und erst recht, wenn da kein Tabu und keine Scham dieses Glück schmälert. Die Unfähigkeit, diese Gefühle wahrnehmen und in sich halten zu können führt zu einer Handlung, in die eine oder andere Richtung.

Die Therapie des ehrbaren Inzests

„Verleumdet und von der Liebe, mit der wir operieren, versengt zu werden, das sind unsere Berufsgefahren, derentwegen wir unseren Beruf gewiß nicht aufgeben werden.“

S. Freud an C.G. Jung, am 9.3.1909

Was heilt ist die Liebe. Die Flamme, mit der wir operieren, entstammt derselben Glut wie die oben genannten Abgründe. Echte Psychotherapie war schon immer ein heisses Eisen – vor hundert Jahren wie auch jetzt. Aber ein kaltes Eisen liesse sich eben nicht schmieden.

Was sind die Stationen einer Therapie bei Betroffenen von ehrbarem Inzest?

Als erstes kommt das „Verlieben“, beziehungsweise das „Verliebt-machen“, die bedingungslose, positive Zuwendung. Im Erfahren von Geliebtwerden kann ein Klient erst einmal ankommen, Liebe und Energie tanken, korrektive Erfahrungen machen, und sein Herz öffnen. Denn das woran er krankt, ist nicht nur das Zuwenig an Geliebtwerden, was er erfahren hatte, sondern vor allem, dass er nicht mehr lieben kann, dass sein Licht, seine Quelle verschlossen ist. In einer nächsten Phase der Therapie geht es darum, im Klienten die Nicht-Liebe zu konfrontieren. All das anzusprechen, was der Liebe im Weg steht – in dem Tempo natürlich, wie dies der Klient zulässt und bereit dazu ist. Die Widerstände und Abwehrmanöver werden Schicht um Schicht angeschaut und entlarvt als Verschleierungen, als Facetten des Inzesttabus. Es braucht Beharrlichkeit, ehrliches Hinschauen und die Bereitschaft sowohl den erlebten Schmerz, als auch denjenigen, den ein Klient anderen durch sein Verschlossensein zugefügt hat, zu fühlen. In einer dritten Phase wird hinter den Schleiern des Inzesttabus immer mehr die Beziehung zum Therapeuten sichtbar, die echte Beziehung zwischen diesen beiden. Im Kontakt zum Therapeuten wie auch in weiteren Beziehungen im Leben des Klienten werden sich die Fragen stellen nach der Wirklichkeit zwischen den beiden. Es braucht den Mut, sich der Einsamkeit zu stellen, der Preis für Wahrhaftigkeit. Alles zu riskieren, was nicht wahr ist. An dieser Stelle werden Eifer und Wille nicht mehr viel weiterhelfen. Die Liebe aus sich heraus zu entzünden, selbst ein Licht zu werden, ist immer auch eine Gnade, die einem widerfährt. In der Phase vier geht es um den Abschied vom Therapeuten, Abschied von den Rollen, die man einst innehatte. Es ist ein Transzendieren in einen neuen Bewusstseinszustand. Vielleicht verbindet einem noch ein gemeinsames Schicksal, im Leben oder in der Arbeit. Vielleicht ist der letzte Schritt, dass man sich gegenseitig wahrhaftig erkannt hat, und ein jeder nun seines Weges geht. Mit Beendigung der Therapie werden Erfüllung und Verzicht gleichbedeutend – gleichgültig.

Verantworteter Inzest

Zum Schluss komme ich noch auf die Ausnahme von allen Regeln zu sprechen. Was, wenn es Liebe ist? Liebe entzieht sich einer äusseren Beurteilung.

„Sollte es sich nicht um Ausbeutung, sondern um eine ernsthafte, „reife“ Liebesbeziehung handeln, sollten Analytiker und Patient heiraten.“

Walter Schindler, 1982, persönliche Mitteilung

Dieser Hinweis kann ganz nützlich sein, wenn zwei Menschen in einer Psychotherapie eine Anziehung zu einander spüren und sie eine Liebesbeziehung beginnen möchte. Die Frage nach dem Heiraten kann helfen, die Ernsthaftigkeit zu erkennen. Die Liebe wird sich bereitwillig gern auf diese eheliche Verbindung einlassen wollen. Wenn es um sexuelle Anziehung oder den Wunsch nach einem Abenteuer geht, wird man nicht heiraten wollen, und dann ist es besser, es beim Verzicht zu belassen. Mit den Worten von Samuel Widmer, die sich auch auf dem Kongressplakat finden:

„Daraus folgt unmittelbar, dass (...) der therapeutische Auftrag erst geglückt sein kann, wenn es gelungen ist, die therapeutische Beziehung aus ihrem Muster und aus allen Mustern überhaupt herauszuführen in ein lebendiges, einmaliges, authentisches und erwachsenes Bezogensein von Du zu Du, das niemanden etwas angeht als die beiden selbstverantwortlichen Betroffenen und in das niemand einen Keil wird treiben können, sofern es wirklich und wahrhaftig in die Liebe – das Ziel jeder Therapie – hineinerlöst wurde.“

Samuel Widmer, Des Kaisers Nacktheit – des Kaisers Dummheit“, S. 275

Literatur

- Douglas, Claire (1997). After Such Violence. A Reconceptualization of Jung's Incest Theory. In: Mattoon MA (Hrsg) Open Questions in Analytical Psychology. Daimon, Einsiedeln, S. 514-526
- Freud, Sigmund (1912). Ratschläge für den Arzt bei der psychoanalytischen Behandlung. GW 8, S. 376–387
- Freud, Sigmund (1915). Bemerkungen über die Übertragungsliebe. GW 10. S. 306-321.
- Hirsch Mathias (1993) Realer Inzest. Psychodynamik des sexuellen Missbrauchs in der Familie. 3. überarbeitete und aktualisierte Auflage. Springer, Berlin Heidelberg New York, S. 174-176.
- LaPlanche, Jean (1986). De la théorie de la séduction restreinte à la théorie de la séduction généralisée. Études freudiennes, 27, S. 7-25.
- Lasky, Richard (1984). Dynamics and problems in the treatment of the "Oedipal Winner". Psychoanalytic review, 71(3), 351-374.
- Lewis, Robert Alan (2000). Vignetten zu Fragen der erotischen Übertragung und Gegenübertragung in der bioenergetischen Analyse. In: Bioenergetik im Spannungsfeld der Geschlechter. Liebe, Erotik, Sexualität in der Körperpsychotherapie. Körper und Seele, 6, S. 51-61.
- Widmer, P. Samuel (2013). Des Kaisers Nacktheit – des Kaisers Dummheit. Von Freundschaften und Feindschaften. Über Berufskollegen, die Medien, Fachschaften, Freunde und Mitbürger. Ein Protokoll über das Anderssein. Basic Editions. Gerolfingen
- Widmer, P. Samuel (2010). Das Inzesttabu. Edition Heuwinkel. Allschwil
- Widmer, P. Samuel und andere (2013). Echte Psychotherapie. Edition Heuwinkel. Allschwil