

Klaus Lumma

Über Generationen hinaus

Vom Teufelskreis unerledigter Geschäfte

Erkenntnisse aus den Forschungsarbeiten von Theodore W. Schwartz

in: Klaus Lumma (Hrsg.):
Mediation Psychogenetik und Verwandtes
Zur Methodenvielfalt beim Beraten
HJB 2/2002 Seite 81-89

IHP Manuskript 0220 F * ISSN 0721 7870

IHP Bücherdienst

Schubbendenweg 4 * 52249 Eschweiler

Tel 02403 4726 * Fax 02403 20447

eMail office@ihp.de internet www.buecherdienst.ihp.de



Klaus Lumma

Über Generationen hinaus

Vom Teufelskreis unerledigter Geschäfte

Erkenntnisse aus den Forschungsarbeiten von Theodore W. Schwartz

Zusammenfassung

Dieser Beitrag fasst die Praxiserfahrungen Ted Schwartz' zusammen und beschreibt den Vorgang des „Vererbens von unerledigten Geschäften“ an die jeweils nächste und übernächste Generation. Er macht deutlich, wie wichtig es in pädagogisch-therapeutischen Beratungsprozessen geworden ist, generationsübergreifend zu denken und sich mit dem Beziehungsgeflecht der eigenen Herkunftsfamilie, vor allen Dingen mit den Interaktionsmustern der Eltern zu beschäftigen. Schwartz geht davon aus, dass wir vor allen Dingen in der nichtsprachlichen Zeit unserer frühen Entwicklung die Beziehungs-Interaktionsmuster unserer Eltern ebenso unbewusst wie die Muttersprache aufnehmen und abrufbereit speichern. Er weist darauf hin, dass diese Muster in Stresssituationen re-aktiviert werden, vor allen Dingen in Partnerschafts- & Ehekonflikten.

Ted SCHWARTZ kommt in seiner Praxisforschung zu dem Ergebnis, dass ernsthaft auftretende Ehekonflikte nur mit einem systemisch-generationsübergreifenden Beratungsansatz bearbeitet werden können. Dr. Schwartz ist amerikanischer Familienpsychologe, der über mehr als vierzig Jahre Erfahrung als Family Counselor verfügt. Ergebnisse seiner Arbeit sind in der amerikanischen Fachzeitschrift *Gestalt Review*, 4(1): 47-62. 2000 veröffentlicht worden.

Es gab zahlreiche Kommentare zu Schwartz' Ergebnissen, u.a. von Anne TEACHWORTH und Joseph ZINKER, beide aus der Gestalttherapie Tradition kommend. Der Beitrag von Schwartz trägt den Titel *The Landmines of Marriage – Intergenerational Causes of Marital Conflict*.

■ Schwartz' Hauptthese

Viele tiefe psychologische Wunden des individuellen Menschen sind von seinen Vorfahren geerbt; es sind also nicht seine eigenen Wunden, doch sie kommen manchmal fatal in seinem eigenen Leben zur Wirkung, vor allen Dingen in Beziehung zur Ehe-Partnerin bzw. zum Ehe-Partner.

Wie ist Schwartz' These zu verstehen?

Das Ehe-Muster der Eltern wird im Verlauf der Kindheit gleichsam wie die Muttersprache aufgenommen, gelernt oder „vererbt“, wie Ted Schwartz das Phänomen beschreibt. In Gestaltterminologie gesprochen, wird das Ehe-Muster der Eltern zu einem eigenen Introjekt. Der Mensch nimmt solche Ehe-Muster wie ein Bündel von Vokabeln in sein Verhaltens- und Handlungsrepertoire auf. Das geschieht vor allen Dingen während jener Zeit, in welcher der Mensch selbst noch nicht der Sprache mächtig ist, also in der vorsprachlichen Zeit, den Jahren zwischen Geburt und dem 18. Monat.

Ehe-Muster der Eltern werden automatisch wie die Muttersprache gelernt

Wenn Menschen sich verheiraten, dann führen vor allem in Stresssituationen die von den Eltern verinnerlichte Ehe-Muster und elterliche Ehe-Bedürfnisse, die unerledigten Geschäfte der Eltern zur Unsicherheit des jungen Ehe-Paares. Von einer Unsicherheit im Hinblick auf die Partnerschaft ist es nicht weit bis zum ernsthaften Konflikt.

In Konfliktsituationen, das wissen wir aus sehr unterschiedlichen Kontexten, fällt der Mensch in von ihm selbst verhasste Verhaltensmuster zurück. So geschieht das auch in der Ehe. Was die Sache in der Ehe komplizierter macht als beim individuellen Menschen, ist der Umstand, dass die Ehe über zwei gelernte bzw. vererbte Ehe-Muster verfügt. Es entsteht eine Situation, in welcher der Verstand gewissermaßen aussetzt und durch das Aufkommen eines Gefühls-Hurricanes ersetzt wird: man sagt und tut Dinge, die man im normalen Lebensalltag nicht sagen oder tun würde.

In Konfliktsituationen fällt der Mensch in von ihm selbst gehasste Verhaltens-Muster zurück:

Es scheint so zu sein, dass die Behandlung solcher Ehe-Stürme mittels kognitiv-verhaltenstherapeutischer oder rational-emotiver Verhaltensmodifikation keine Langzeitwirkung erwirken kann. Solche Behandlung geht nicht an jene Wurzeln, die aller Wahrscheinlichkeit nicht in der augenblicklichen sondern vielmehr in den Partnerschaften der vorangehenden Generationen liegen.

Es scheint auch so zu sein, dass jene Arten der Gestalttherapie für die Bearbeitung von Ehekonflikten nicht dienlich sind, die dafür plädieren, in Konfliktsituationen den Gefühlen freien Lauf zu lassen. Der Glaube, dass ein Ausdrücken von Gefühlen Ehe-Konflikte lösen kann, erscheint als Irrglaube. Allerdings dient das Ausdrücken von Gefühlen der individuellen Psychohygiene. Lösungen des Ehe-Konfliktes steht es jedoch im Weg.

Von daher empfiehlt Dr. Schwartz jene Änderung der Sichtweise für die Arbeit mit Paaren, die zu Anfang bereits beschrieben wurde: Unterschiedliche, geerbte Verhaltensmuster (nicht die eigenen) sind die Hauptursache für ernsthafte Ehekonflikte. Deshalb ist es sinnvoll, sich diese Muster zu vergegenwärtigen, da sie kontinuierlich in jede ehe-ähnliche Partnerschaft hineinwirken.

Das bestätigen vor allen Dingen jene Partner, die wiederholt verheiratet waren und Beratung in Krisensituationen in Anspruch genommen haben.

Ehe-Muster der Eltern sind versteckte Tretminen einer Partnerschaft

Ted Schwartz bezeichnet solche vererbten Ehe-Muster als „versteckte Tretminen der Partnerschaft“. Vor ihnen muss der Mensch besonders achtsam sein, da sie nicht offen einsehbar sind, versteckt liegen und die Partnerschaft im wahrsten Sinne des Wortes in die Luft sprengen können, wenn sie übersehen werden. Tretminen haben die Eigenschaft, dass sie in die Luft gehen, wenn auf sie getreten wird, beabsichtigt oder unbeabsichtigt: das spielt keine Rolle.

■ Ein anderes Bild

Unverheilte Wunden ziehen Entzündungen an. So ist es auch bei den unverheilten Wunden aus der Partnerschaft der Eltern. Wunden, die Eltern in ihren Beziehungen nicht heilen können, wirken in den nächsten Generationen weiter, bis sie geheilt sind. Und manchmal heilen Wunden nur langsam. Der Mensch braucht für solche Heilungsprozesse also Geduld und Verständnis.

Erfährt der Mensch also im Verlaufe seiner Entwicklung unverheilte Wunden aus der Partnerschaft seiner Eltern – unbewusst oder bewusst vor allem in den nichtsprachlichen ersten Lebensjahren – so wirken sie in ihm selbst fort und rufen in allen neuen Partnerschaften, vor allen Dingen jedoch in seinen Ehen Entzündungen hervor, die ganz besonderer Beachtung und neuer Verbände bedürfen. Wenn wir in diesem Kontext von Entzündungen sprechen, so meinen wir emotionale Entzündungen, die zu einer Art generationsübergreifendem Ehe-Geschwür geworden sind. Solche Geschwüre sind also nicht körpersondern Beziehung anhaftend. Sie liegen gewissermaßen zwischen den Partnern, sind jedem einzelnen jedoch NICHT eigen.

Ehe-Geschwüre sind nicht körper- sondern Beziehung anhaftend.

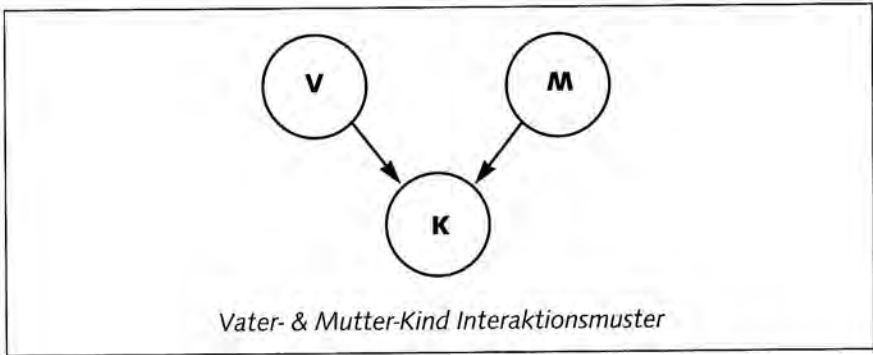
Erschwerend für den jeweils heutigen Menschen ist, dass Ehe-Konflikt-Wunden zu solchen Zeiten übernommen werden, in denen der Mensch am hilflosesten ist – zwischen Geburt und 18 Monaten. Wir können uns ihrem Konflikt nicht erwehren, wir übernehmen deshalb das Ungelöste unverarbeitet als Wunde. Natürlich geben Eltern solche Wunden nicht absichtlich weiter; sie geben gewissermaßen alle unerledigten Geschäfte als die Wunden der Ehe an ihre Kinder weiter ohne es zu wissen.

Ehekonflikt-Wunden werden in jenem Alter übernommen, in dem der Mensch am hilflosesten ist.

Wenn Menschen heiraten, so sind sie zunächst vorsichtig und rücksichtsvoll miteinander. Doch bei Stress verlieren sie die Balance und treten unvermeidlich und natürlich ungewollt auf die Tretminen der vorangehenden Generation. Verletzungen sind dann unvermeidbar.

■ Forschung & Therapiekonzept

In der Familienforschung ist vieles sorgfältig untersucht worden. Es wurde zum Beispiel analysiert, wie Ehe-Konflikte entstehen. Auch wie gewisse Krankheitsbilder in Familien entstehen, das weiss man heute. Doch generationsübergreifenden Ursachen von Ehe-Konflikten wurde wenig oder auch gar keine Beachtung geschenkt. Ehe-Konflikte, davon ging man lange Zeit aus, haben ihre Ursache in neurotischem Verhalten der beiden Partner; dies wiederum entspringe unerledigten Geschäften zwischen den einzelnen Partnern und deren Eltern. So wurden Ehe-Konflikte wie andere Konflikte behandelt: man versuchte ihre Lösung auf dem Weg der Klärungen von Beziehungskonflikten der einzelnen Partner mit ihren Eltern, mit Vater und Mutter. Imaginierter Vater auf den leeren Stuhl der Gestalttherapie zum Beispiel, imaginierte Mutter auf den leeren Stuhl – so war das Setting der Gestalttherapie angelegt.



Man verkannte, dass es im Falle von Ehe-Konflikten nicht um die Therapie von Personen geht, sondern um die Betrachtung und Analyse von Phänomenen, die ZWISCHEN den betroffenen Personen liegen. Erst die systemische Sichtweise eröffnete die Möglichkeit des Verständnisses für das, was Ted Schwartz in seinem Beitrag beschreibt, worauf Anne Teachworth u.a. ihre psycho- und soziogenetischen Arbeitsweisen beziehen.

Ehekonflikt-Wunden sind nicht körper-, sondern Beziehung anhaftend.
Sie liegen DAZWISCHEN – *inbetween*

Jeder Mensch aktiviert in Stresssituationen verinnerlichte Verhaltensmuster aus Beziehungen seiner Vorfahren: alte Wunden entzünden sich, beginnen erneut zu bluten und bedürfen der Pflege. *Under stress we all regress.*

Für solche Pflege entwickelte Anne Teachworth ihr Konzept der Psychogenetik und beschrieb es erstmals 1996 in ihrem Beitrag „*Three couples transformed*“. (siehe: Bud FEDER & Ruth RONALL (Edit) : *A Living Legacy to Fritz and Laura Perls*, Montclair NJ 1996, Seite 185-202.)

■ Die Übernahme von Mustern

Imprinting (aufdrücken), so bezeichnet die amerikanische Fachliteratur den Prozess des Lernens von generationsübergreifenden Verhaltensmustern in der Kindheit.

Ein englisches Sprichwort lautet sinngemäß: *Trotz aller Bemühungen, Kindern gute Manieren beizubringen, bestehen sie immer darauf, ihre Eltern zu imitieren.*

In der Kindheit ist die Bewusstheit des heranwachsenden Menschen gleichermaßen wie frisches, weiches Wachs. In dieses Wachs werden die Beziehungsthemen der Eltern „eingedrückt“ (*imprinted*), die konstruktiv-erfolgreichen ebenso wie die „unerledigten“, die nicht konstruktiv abgeschlossenen Beziehungsthemen. Wenn in der Kindergartenzeit (3-5 Jahre) des Menschen das Lieblingsthema für Rollenspiele „MUTTER – VATER – KIND – SPIELEN“ ist, so weist dies darauf hin, wie aufschlussreich eine Betrachtung der „vererbten Muster“ sein kann. Wer Kinder dieser Altersstufe bei solchem Rollenspiel beobachtet, erkennt leicht das „Eingedrückte Wachs“: es drückt sich nämlich im Rollenspiel am deutlichsten aus.

Kinder, so wissen wir auch aus den Forschungsarbeiten von Pamela LEVIN, wecken in dieser Altersstufe zum ersten Mal die Kraft ihrer IDENTITÄT. Wenn in dieser Zeit *imprints* (Eindrücke) geschehen, Eindrücke (*imprints*) aus der Beziehung der Eltern untereinander und natürlich auch aus dem Verhalten der Eltern zu den Kindern, so gehen sie ins Identitäts-Konzept über. Ersterem – der Beziehung von Eltern untereinander – schenken wir im Kontext von Psycho- & Soziogenetik besondere Beachtung.

IMPRINTS (Prägungen) sind unbewusst verinnerlichte „Eindrücke“ von der Beziehung der Eltern untereinander – Eindrücke von ihrem DAZWISCHEN, vom elterlichen *inbetween*.

In der Zeit zwischen drei und fünf Jahren – und später im Erwachsenenalter immer wieder – belebt der Mensch Rollenverhalten und Charakteristika, die bei Personen aus der Vergangenheit „abgeschaut“ wurden, zum Beispiel den Eltern, Großeltern, Tanten, Onkeln und anderen Verwandten untereinander. Deshalb gehören die zwischenmenschlichen Konflikte zu der Menschenkinder „emotionalem Erbe“ und NICHT zu ihnen als individuelle Personen. (siehe dazu auch M. BOWEN: *Family Therapy in Clinical Practice*, New York (Aronson) 1981 oder D. FREEMAN: *Multigenerational Family Therapy*, New York (Hawthorne) 1997.)

Was hier mit „Übernahme von Mustern“ beschrieben wird, findet sich auch schon bei Fritz PERLS wieder, wenn er davon schreibt, wie der Mensch „ungekaut schluckt“. Wenn der Mensch „Ungekautes“ schluckt, also Erlebtes nicht reflektiert oder nicht reflektieren kann – wie im Beispiel der Menschenkinder – so bilden sich die INTROJEKTE. *Imprint* ist also ein anderer Begriff für den gestalttherapeutischen Terminus Introjekt.

Kleine Kinder akzeptieren ihre begrenzte Welt mit den Eltern oder anderen elternähnlichen Personen als einzig wahr und komplett: sie denken gar nicht daran, dass es auch anders sein könnte als bei ihnen zu Hause. So übernehmen sie alles ungeprüft – ungekaut, also auch die Beziehungs-Muster der Eltern; sie „erben“ deren ungelöste Themen, das *unfinished business*, wie es in der Gestalttherapeutischen Terminologie beschrieben wird.

Ich erinnere in diesem Kontext an Pam LEVINS *Cycles of Power*:

- | | |
|-------------------------------|------------------------------|
| 1. Kraft des Seins | <i>Geburt bis 6 Monate</i> |
| 2. Kraft des Tuns | <i>6 bis 18 Monate</i> |
| 3. Kraft des Denkens | <i>18 Monate bis 3 Jahre</i> |
| 4. Kraft der Identität | <i>3 bis 6 Jahre</i> |
| 5. Kraft der Geschicklichkeit | <i>6 bis 12 Jahre</i> |
| 6. Kraft der Erneuerung | <i>12 bis 19 Jahre</i> |

Erst im Schulalter (6-12 und 12-19) ist der Mensch mittels Stärkung von Kräften der Geschicklichkeit und Erneuerung in der Lage, Übernommenes auszuwerten und Alternativen emotional zuzulassen, also auch Alternativen zur „Welt der Eltern“, in die der Mensch nun mal hineingeboren wird. Doch wird solche Erneuerungs-Reflexion in den Schulen meistens nicht praktiziert. Bevorzugt ist nach wie vor das „Nachahmen“, also jenes, was auch die Kleinkinder schon tun, wenn sie die Beziehungsmuster ihrer Eltern „spielend“ übernehmen.

Beziehungs-Muster, also auch die Ehe-Muster, werden vor allem während der vorsprachlichen Jahre (Geburt bis ca. 18 Monate) durch Beobachtung gelernt, nicht kognitiv.

In Computersprache ausgedrückt, würde man sagen: Imprints gehören zum Betriebssystem.

Im Sprachgebrauch der Individualpsychologie Alfred ADLERS lautet diese Erkenntnis: Die Beziehung der Eltern wird vom Kind als absolutes Glaubens-System introjiert und wird unbewusst als persönliche Bestimmung, als Auftrag erfahren. (siehe dazu: R. POWERS und J. GRIFFITH: *Understanding Lifestyle: The Psycho-Clarity Process*, Chicago (Americas Institute for Adlerian Studies) 1987.)

Wie Eltern sich zueinander verhalten, wird vom Kind als Glaubenssystem introjiert.

Der Neurologe L. HARRIS dazu sinngemäß: Vorsprachliche Erfahrungen gehen in des Kindes organismische Struktur über. Diese unbewussten Erinnerungen werden in die biologischen, die neurologischen Strukturen des menschlichen Organismus hineingegeben (*imprinted*), und sie funktionieren unabhängig von kognitiven und intellektuellen Strukturen. Demnach können solche *imprints*, die unbewussten Erinnerungen an Verhaltens-Muster der Eltern untereinander als Filter bezeichnet werden, durch die der Mensch „seine“ Welt betrachtet.

■ Erwartungen an eine Ehe

Wenn Paare heiraten, so erwartet ihr individuelles Unbewusstes, dass bekannte Ehe-Muster (der Eltern, Großeltern, Tanten und Onkel) auch in dieser neuen Ehe „zum Einsatz kommen“, weil der Mensch sich am sichersten bei Bekanntem fühlt. Ihr Bewusstsein möchte möglicherweise etwas ganz anderes, doch das Unbewusste ist stärker. Ich erinnere an Phänomene wie die limbisch-instinktiven Instruktionen, von denen in der Hirnforschung gesprochen wird.

Auch wenn die Ehe-Muster möglicherweise dem heranwachsenden Menschen gesundheitlich nicht bekommen sind, es bleibt ihm nichts übrig als sie zu übernehmen; sie diktieren dann allerdings in Beziehungs-Stress-Situationen das eigene Verhalten, selbst wenn rational etwas völlig anderes angestrebt wird.

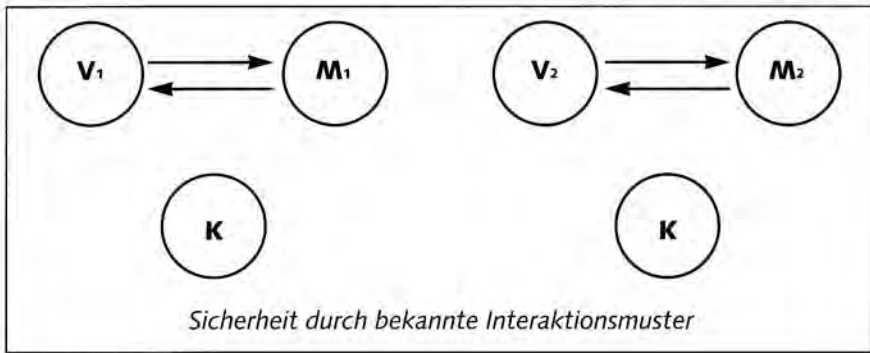
Ehemuster der Eltern werden bei Beziehungs-Stress in uns reaktiviert.

So lange unverheiratete Paare ihr Leben miteinander in den Rollen von Liebhabern verbringen, so lange bleiben meistens auch die Ehe-Muster ihrer Vorfahren in Wartehaltung. Wenn Paare dann heiraten, so entsteht unbewusst eine Art Kampf darüber, welche der beiden Kernfamilien-Strukturen in der neuen Konstellation reproduziert werden soll. (siehe dazu: C. WHITAKER & T. MALONE: *The Roots of Psychotherapy*, New York (Brunner-Mazel) 1953-81, Introduction, Seite 12.)

Virginia SATIR kommt 1972 zu der Erkenntnis, dass kleine Kinder die Sicherheit eines emotionalen Ehe-Bandes brauchen, um sich sicher zu fühlen, dies mehr als dass sie Mutter und Vater als Individuen benötigen. Entscheidend für die Entwicklung des Menschen ist demnach nicht sein persönliches Beziehungsverhältnis zur Mutter oder zum Vater als Individuum, sondern entscheidend für Entwicklung und späteres Verhalten scheint des Kindes emotionale Beziehung zur Beziehung der Eltern untereinander zu sein, also nicht zu den Eltern in ihren Rollen als Mutter und Vater, sondern zu dem, was sich zwischen Vater und Mutter als Erwachsenen abgespielt hat. Es geht also ums DAZWISCHEN.

Alle Ehemuster geben Sicherheit – auch die unangenehmen.

Wenn Stress aufkommt in den Beziehungen von Erwachsenen, so gelangen die als Kind gelernten Verhaltens-Muster an die Oberfläche, und Ehe-Partner fangen unter Umständen an, verzweifelt miteinander zu kämpfen, nicht weil ihre augenblickliche Beziehung eine Kampfbeziehung ist, sondern weil sie sich jene frühkindliche Sicherheit bezüglich der elterlichen Beziehungsmuster herbeisehnen. Diese Sehnsucht hat wegen der damit verbundenen emotionalen Sicherheit mehr Gewicht in der Gestaltung eines Konfliktes als rationale sinnvolle Entscheidungen. Der Mensch braucht in diesen Situationen Unterstützung zum Installieren eines anderen „Betriebs-Systems“.



Des Menschen Ersterfahrung mit intimer Partnerschaft unter Erwachsenen ist jene, die er bei den Eltern kennenlernt. Er lernt also schon sehr früh in seinem Leben, gleichsam noch vor dem Erlernen der Muttersprache oder gemeinsam mit dem Erlernen der Muttersprache die Regeln der Partnerschaft seiner Eltern kennen. Er macht sie sich zu eigen. Er übernimmt dabei die Gefühle der Eltern, Gefühle wie Befriedigung, Enttäuschung und Verletzung. Verhaltens- und Gefühls-Bezugsmuster werden gespeichert, ins „Betriebssystem übernommen“ und bei Stresssituationen aktiviert, ganz unabhängig davon, was in den Jahren zwischen Kindheit und Erwachsenenalter kognitiv gelernt wurde.

In Partnerschaften stoßen nun zwei solcher übernommener Ehe-Muster aufeinander; und meistens passen diese beiden Muster nicht zueinander. Die neue Ehe versucht nun in Konfliktsituationen die unerledigten Geschäfte aus der Vergangenheit beider Elternkonstellationen abzuschließen, und dazu braucht es großen Geschicks und oft auch der Unterstützung durch Ehe-Berater. Was nämlich bei Änderungen erschwerend hinzukommt ist der Umstand, dass oft schon allein die Notwendigkeit zur Änderung unbewusst als Verrat an der ursprünglich Sicherheit gebenden Beziehung der Eltern erlebt wird. So verbleiben viele Ehe-Partnerschaften in jenem Impass, jener Sackgasse von ungelösten Konflikten aus der Vergangenheit.

Änderung der elterlichen Ehemuster (in uns) kann als „Verrat an der Familie“ erlebt werden.

■ Verträge

In der Paarberatung ist das Vertragen Hauptaspekt des Vorgehens. Es geht ums Vertragen in des Wortes doppelter Bedeutung. Gemeint ist emotionales Vertragen.

In Stress-Situationen geht es ja gar nicht wirklich um die aktuellen, sondern um „vererbte“ Konflikte. Von daher bringt ein grundsätzliches Sich-Vertragen in solchen Situationen die Wende der Not. Vertragen ist also notwendig.

Gemeint ist jedoch auch das Vertragen im Sinne eines Schliessens von Verträgen bezüglich neuer Ehe-Verhaltens-Muster für eine konstruktive Beziehung.

Alte und destruktive Ehe-Muster zu verlernen ist aufwendig. Ein Verlernen wird um so einfacher, je mehr es gelingt, mit dem Paar als System zu arbeiten anstatt mit dem einen oder anderen als Individuum bzw. mit beiden Partnern an den Symptomen einer augenblicklichen Stress-Situation.

*Beitrag für die 14. Jahrestagung des BVPPT e.V.
Berufsverband für Beratung, Pädagogik & Psychotherapie
Professional Association for Counseling, Education & Psychotherapy
Thema: Die Geschichte wiederholt sich immer wieder
Wege aus dem Teufelskreis generationsübergreifender Muster*



Amerikanisch-deutsche Weiterbildungsgruppe am Gestalt-Institut von New Orleans