

Symbiosemuster in systemischer Sicht

„Sippengewissen“ oder kollektive Symbiose – Kritischer Beitrag zur „Philosophie“ des Familienstellens

Ernst R. Langlotz

Zusammenfassung

Der Autor verwendet seit 15 Jahren in seiner psychiatrischen Praxis das Familienstellen. Nach seiner Auffassung ist die einseitige Betonung des Grundbedürfnisses nach Bindung und Zugehörigkeit, wie sie von Hellinger und den Familienaufstellern vertreten wird, unstimmtig und gefährlich. Sie verklärt das Kollektiv der Ahnen mit seiner Schuld, seinem Leid und seiner Destruktivität(!) zu einer schicksalhaften Instanz mit eigener Autonomie – und übersieht dabei das Autonomie-Potenzial des Einzelnen!

Neben dem Grundbedürfnis nach Bindung und Zugehörigkeit gibt es aber auch ein Grundbedürfnis nach Freiheit und Autonomie. Dem entsprechen die beiden „Ressourcen“: die Ahnen und das „Selbst“. Wird diese „Bipolarität“ (Stavros Mentzos) der Grundbedürfnisse „nach Bindung und Freiheit“ im therapeutischen Konzept berücksichtigt, dann öffnet sich der Blick für das Phänomen der individuellen und der kollektiven Symbiose und ihres ungeheuren destruktiven Potenzials. Unerwartete Lösungen werden möglich durch ein neues (!?) Paradigma: ein systemisches Symbiosekonzept.

„Sippengewissen“, „Stammesseele“

Bert Hellinger, möglicherweise bewegt durch eigene Erfahrungen mit den archaischen Stammesgewohnheiten der Zulus, hat das menschliche Grundbedürfnis nach Bindung und Zugehörigkeit betont. Er prägte die Begriffe des „Sippengewissens“, der „Familienseele“, deren Destruktivität er genau beschrieb, denen er dennoch eine schicksalhafte Macht zusprach. So „sorge das Sippengewissen dafür, dass ein vergessenes oder ‚ausgeklammertes‘ Familienmitglied von einem späteren vertreten wird, das dessen Schicksal – unwissend und unschuldig – übernimmt.“ Der Betroffene könne sich aus dieser „Identifikation“ lösen, vom „falschen“ auf den „richtigen“ Platz im Familienverband gelangen, wenn er den Ausgeklammerten und dessen Schicksal achtet, sich vor ihm verneige. So könne er die „blinde“ (unbewusst nachahmende) Liebe wandeln in eine „sehende“ Liebe. Hier taucht der Aspekt von *Abgrenzung* gegenüber dem Schicksal der Ahnen auf. Ebenso da, wo er von der Notwendigkeit spricht, sich aus dem Sippengewissen und dessen Wertvorstellungen zu lösen und zu einem persönlichen Gewissen zu gelangen. Diesen Aspekt hat er jedoch, wie es scheint, nicht weiterentwickelt.

Daan van Kampenhout (2008) verwendet in seinem neuesten Buch „Die Tränen der Ahnen“ den Begriff „Stammesseele“, auch er spricht von ihrem destruktiven Potenzial. Mehr noch als Hellinger betont er die Notwendigkeit der Individuation. Andererseits sei es unvermeidlich, dass man mit dieser Stammesseele identifiziert bleibe.

In dieser Sichtweise bekommen Sippengewissen und Familienseele mit ihren destruktiven Aspekten ein besonderes Gewicht, so als handle es sich um schicksalhafte, quasi autonome Kräfte.

Auch im Zusammenhang mit Anhaftungen an Verstorbene sehe ich bei vielen Aufstellern eine für mich nicht nachvollziehbare Vorstellung von einer destruktiv wirkenden Autonomie der Verstorbenen.

Ich möchte das in Frage stellen.

Sind diese Mächte wirklich immer schicksalhaft, sind wir ihnen wirklich immer wehrlos ausgeliefert? Ist es nicht diese – eventuell unangemessene – Vorstellung selbst, die erst „dem Bösen“ eine *vermeintliche* Autonomie gibt, die uns selber unsere Handlungsfähigkeit, unsere Autonomie nimmt, uns in die Opferhaltung, in die Resignation treibt? Und gibt es nicht zahlreiche Beiträge zu einer sehr ernst zu nehmenden Theorie des „Bösen“? (Gruen 1989, 1987)

Eine analytische Theorie menschlicher Destruktivität

Der jüdisch-deutsche Analytiker Arno Gruen hat 1987 in „der Wahnsinn der Normalität, Realismus als Krankheit“ und „Verrat am Selbst“ eine grundlegende Theorie menschlicher Destruktivität entwickelt. „Er zeigt, wie Gewalt und Unmenschlichkeit im Inneren des Menschen entstehen und wie sich unser soziales Leben darauf eingerichtet hat, dass der herrschende Wahnsinn lebensfeindlichen Handelns den Mantel realitätsgerechten Verhaltens trägt. Er öffnet den Blick dafür, dass menschliche Destruktivität nicht einfach eine Fähigkeit zum Bösen ist, sondern vielmehr die Folge eines Mangels, der als solcher nicht erkannt wird: Wo das Vermögen abhanden gekommen ist, die eigenen Gefühle wahrzunehmen, und Selbsthass an deren Stelle getreten ist, ist auch die Fähigkeit zu wirklichem Mitgefühl und echtem Mitfühlen verlorengegangen.“

Im „Wahnsinn der Normalität“ legt er die Wurzeln der Destruktivität frei, die sich viel öfter, als es uns klar ist, hinter vermeintlicher Menschenfreundlichkeit oder ordnungstiftender Vernunft verbergen. „Arno Gruen besticht durch die Vielzahl der Beispiele, zu denen auch die unfasslichen Ereignisse im Dritten Reich oder im Vietnamkrieg gehören, und schafft die

überzeugende Beweislage, dass dort, wo Innenwelt und Außenwelt keine Einheit bilden, verantwortungsvolles Handeln und echte Menschlichkeit ausbleiben.“ (dtv-Verlagsinfo)

Diese von Arno Gruen aus psychoanalytischer Sicht beschriebenen Zusammenhänge von Selbst-Entfremdung, Autonomieverlust und Destruktivität lassen sich auch durch eine *modifizierte* Form der Systemaufstellung sichtbar machen und erforschen. Diese Chance nutzte ich in meiner Arbeit mit psychiatrischen Patienten. In kritischer Auseinandersetzung mit Hellinger und seiner „Philosophie“ einerseits und den Erfahrungen mit den Klienten andererseits ist dabei ein neues *systemisches* Konzept von Symbiose, speziell von kollektiver Symbiose entstanden, das hier zur Diskussion gestellt werden soll.

„Ich folge dir in den Tod“

Bereits diese bekannte Formulierung Hellingers wird nicht selten so formuliert und (miss-) verstanden, als „*ziehe es*“ – gemeint ist „ein Verstorbener“ – „*einen Lebenden in den Tod*“. Manche sprechen von „*Anhaftungen*“, das erinnert an schamanische Vorstellungen von „Besetzung“, der zufolge eine „*unerlöste Seele*“ gar nicht wisse, dass sie gestorben sei und sich deshalb an einen Lebenden klammert, sein Leben, seine Wahrnehmung bestimme, als wäre sie ein Teil von ihm geworden.

Hier wird einem Verstorbenen eine eigene Autonomie zugesprochen, als hätte dieser die Kraft, auf einen Lebenden einzuwirken, dessen Autonomie zu beeinträchtigen. Dabei scheint es so, dass durch diese Begriffsbildung die Autonomie dem Lebenden ab- und den Verstorbenen zugesprochen wird, sozusagen *verschoben wird von den Lebenden zu den Verstorbenen*. Es kommt zu einer „*Dämonisierung*“ des Verstorbenen! Das scheint gefährlich in zweierlei Hinsicht: Macht nicht diese Vorstellung von „*Anhaftungen*“ Lebende zu Opfern, anstatt sie zur Autonomie, zur Handlungsfähigkeit und Selbstbestimmung zu befreien? Verstärkt sie nicht die Angst vor den Verstorbenen, vor dem Tod, anstatt den Mut und die Freude zum Leben zu wecken?

Verschmelzende Identifikation?

Nach meiner Erfahrung handelt es sich in den meisten Fällen von sogenannten „*Anhaftungen*“ um eine hochgradige, „*verschmelzende*“ Identifikation z. B. mit einem früh verstorbenen Elternteil oder Geschwister. Der Klient steht buchstäblich am Platz z. B. einer früh verstorbenen Schwester – um so eine Illusion von Verbundenheit aufrechtzuerhalten? Wenn man ihn in der Aufstellung an den Platz des Verstorbenen stellt, „*kennt er sich da aus*“, als wäre er da „*zu Hause*“.

Gleichzeitig gibt er dem Verstorbenen Raum, stellt ihm seinen „*inneren Raum*“ zur Verfügung, so als gäbe es keine Grenze zwischen ihm und dem Verstorbenen, als gäbe es für das eigene Selbst keinen Raum. Stellt man ihn an seinen „*richtigen Platz*“ und lässt ihn zum Verstorbenen sagen: „*Du bist du, ich bin ich, du hast dein Leben gelebt, ich lebe meines!*“ dann ist ihm das in vielen Fällen gar nicht möglich! Viele erleben diesen Satz als etwas Verbotenes, wie einen Verrat, wie Schuld. Als hätten sie nicht das Recht auf Abgrenzung, auf einen eigenen „*inneren Raum*“, auf eine eigene Autonomie!

Der Symbiosekomplex

Diese verschmelzenden Identifikationen sind tatsächlich nur schwer zu lösen. Ich verstehe sie als „*symbiotische Verschmelzung*“, als *einen* Aspekt des „*Symbiosekomplex*“, der nach meiner Erfahrung aus folgenden drei *primären* Aspekten besteht (vgl. Langlotz 2008): Verschmelzungstendenz (Überanpassung), Selbst-Entfremdung und Aggressionshemmung (Abgrenzungsverbot).

Oft kommen zwei weitere *sekundäre* Aspekte hinzu, die als *Kompensationsversuche* verstanden werden können: Überabgrenzung und Tendenz zur Manipulation. Die Selbst-Entfremdung, der fehlende Zugang zur eigenen Erinnerung, zu eigenen Gefühlen und Bedürfnissen erschwert dem Klienten die Orientierung, die Selbst-Regulation, die *Autonomie*. Sie macht ihn anfällig für Manipulation, Fremdbestimmung, Überanpassung, Abhängigkeit. So verstärken sich Selbstentfremdung und Überanpassung gegenseitig im Sinne eines Teufelskreises. Das macht Symbiose zur Falle.

Konstruktive Aggression, z. B. in der Abgrenzungsbewegung, wird ebenfalls als verboten erlebt und deshalb unterdrückt. Die gestaute Aggression wird destruktiv, richtet sich gegen sich selbst oder gegen „*Sündenböcke*“ oder „*Feinde*“. Beziehungen werden durch das Symbiosemuster belastet. Die Betroffenen schwanken nicht selten zwischen Überanpassung und Überabgrenzung, zwischen Verschmelzung und Kontaktabbruch. *Das ist das symbiotische Dilemma*. *Systemisch* kann das Symbiosemuster als Überlebensstrategie des Kindes an traumatisierte Eltern verstanden werden. Es wird durch spezifische frühkindliche Beziehungskonstellationen verursacht und bestimmt das Selbstbild und alle späteren Beziehungen, zum Partner, zu den Kindern, zur Arbeit(!). Bei Beziehungskonflikten, bei seelischen, psychosomatischen und somatischen Gesundheitsstörungen finde ich immer eine destruktive Symbiose mit ihren vielen Facetten als Grundstörung.

„Systemische Selbst-Integration“ als Lösung

Die Lösung wird möglich, wenn man den Klienten einen Repräsentanten für sein „Selbst“ aufstellen lässt, genauer für den Teil von ihm, den er abgespalten hat, um sich besser anzupassen, z. B. der Teil, „der sich frei und unbefangen fühlt, der lebendig sein darf.“ Meist stellt er diesen Teil weit entfernt auf. Im Gegenüber zum „Verstorbenen“ (Stellvertreter) spürt er keinen Bezug zu diesem Teil. Das macht ihm die „Entfremdung“ zu seinem „Selbst“ deutlich.

Durch bestimmte Abgrenzungs- und Abschiedsrituale ist es *immer (!)* möglich, die „symbiotische Identifikation“ mit dem Verstorbenen zu lösen. Erst dann spürt der Klient eine Verbindung zu dem „abgespaltenen“ Selbstanteil, kann auf diesen Teil zugehen. Diese Begegnung mit dem eigenen abgespaltenen Selbst ist sehr berührend. Wenn er dem Verstorbenen diesen Selbstanteil vorstellt, der lebendig sein darf, „freut“ sich auch der „Verstorbene“ (Stellvertreter), so als sei auch er jetzt frei, seinen Frieden zu finden, als sei er bisher vom Lebenden durch dessen Trauer festgehalten worden.

Erforderlich ist jetzt noch ein Abgrenzungsritual. Zwischen dem Klienten und dem Verstorbenen gab es buchstäblich keine Grenze, er hatte keinen eigenen, geschützten „inneren Raum“. Meist ist diese Unfähigkeit des Klienten, sich abzugrenzen, auch sein aktuelles Problem in Beziehung zum Partner, zum Kind, zur Arbeit. Um diese Abgrenzung, diesen „natürlichen Schutzreflex“ wieder zu „etablieren“, muss er nun den Verstorbenen buchstäblich über eine symbolische Grenze zurückschieben. Damit mobilisiert er sein aggressives Potenzial auf konstruktive Weise und kann seinen „inneren Raum“ wieder herstellen. An diesem „geschützten Platz“ kann er seine abgespaltenen „Selbst“-Anteile wieder integrieren, muss sie nicht mehr vor anderen „verstecken“.

Bei diesem Ritual des Wegschiebens wird oft eine Blockade deutlich, so als sei Abgrenzung verboten. Dieses „unbewusste Abgrenzungsverbot“ scheint so etwas wie der unbewusste Zentralaspekt des Symbiosekomplexes zu sein. Abgeschlossen wird die Lösung durch die Verabschiedung des verstorbenen Angehörigen: „Vielleicht habe ich dich unbewusst durch meine Trauer festgehalten, für dich ist es schon lange vorbei. Und du darfst jetzt auch deinen Frieden finden.“ Meist fühlt sich der „Verstorbene“ frei und geht erleichtert dahin, wo er „seinen Frieden finden kann“.

Durch diese „systemische“ Sicht- und Vorgehensweise der „Anhaftungen“ verliert der Verstorbene alles „Dämonische“, es wird deutlich, *dass der Klient selbst den Verstorbenen unbewusst festgehalten hatte* – und dadurch seinem „Selbst“ entfremdet war. Durch diese Abschiedsrituale „kann der Verstorbene sterben“ und der Klient leben. So als habe er sich

zuvor, verklebt mit dem Verstorbenen, an der Grenze zwischen Lebenden und Toten aufgehalten, als wäre er noch gar nicht im Leben angekommen.

Sein „Gewinn“ bestand einzig in der Illusion, noch mit dem Verstorbenen verbunden zu sein. Nach diesem Abschiedsritual kommt meist der Abschiedsschmerz. Auch das zeigt, dass der Klient sich von dem Verstorbenen bisher nicht verabschiedet hatte. *Zum Symbiosemuster gehört offensichtlich auch eine Unfähigkeit, sich zu verabschieden.* So bleiben die Betroffenen mit den Verstorbenen verbunden, *als seien sie noch am Leben.* Die Grenzen zwischen den Generationen, die durch Tod und Geburt gesetzt werden, verlieren so ihre *heilsame Wirkung, dem Einzelnen einen eigenen abgegrenzten Raum zu ermöglichen.* Die verwendeten Abgrenzungs- und Abschiedsrituale haben archaischen Charakter, stammen zum Teil aus schamanischen Traditionen. Sie wirken nicht auf der mentalen Ebene, sondern unmittelbar auf einer körperlichen Ebene, wirken auf das „Körpergedächtnis“, auf das Unbewusste ein. Das erklärt ihre tiefe Wirkung, die durch verbale Interventionen alleine nicht erreicht werden kann.

Das Grundbedürfnis nach Autonomie und Freiheit

Familienaufsteller und Bindungsforscher kennen ein *Grundbedürfnis nach Bindung und Zugehörigkeit.* Es ist dafür verantwortlich, dass Kinder versuchen, in „blinder Liebe“ den traumatisierten Eltern das zu ersetzen, was ihnen fehlt, sich an deren Bedürfnisse anpassen, bisweilen bis zur Selbst-Aufgabe, zur Unterdrückung der eigenen konstruktiven Aggression. Aber möglicherweise blenden sie ein *zweites Grundbedürfnis aus: das nach Freiheit, Autonomie, Authentizität!* Diesen *beiden* Grundbedürfnissen entsprechen *zwei Ressourcen: die Ahnen und ... das Selbst!*

Viele tiefenpsychologische Schulen beschreiben diese beiden Grundbedürfnisse mit ihrer gegenläufigen Dynamik, z. B. Stavros Mentzos (2003 a, b) in seinem „Bipolaritätsmodell“. Diese beiden Grundbedürfnisse scheinen die formenden Kräfte der seelischen Entwicklung zu sein, verantwortlich für den Prozess von Ablösung und Individuation. Dieser Prozess ist offensichtlich sehr störanfällig. Manche, denen es wegen eines Symbioseusters nicht gelingt, diese beiden Grundbedürfnisse miteinander zu verbinden, bleiben im *Dilemma* zwischen Überanpassung und Überabgrenzung stecken, es ist ihnen nicht möglich, *im Kontakt zum Gegenüber bei sich selbst zu bleiben.*

Systemisches Verständnis von Symbiose

Wie bereits erwähnt, kann Symbiose *systemisch* verstanden werden: als Anpassungs- und Überlebensstrategie an traumatisierte Eltern. Der mit Symbiose verbundene Aspekt der

„Selbstentfremdung“, des fehlenden Zugangs zur eigenen Erinnerung, zu eigenen Gefühlen, eigenen Bedürfnissen macht jedoch Selbst-Bestimmung und Selbstregulation unmöglich. *Symbiose blockiert die Selbstregulation!*

Der Systemische Therapeut arbeitet nicht gegen eine Selbstregulation, sondern mit ihr. Wenn er Blockaden der Selbstregulation entdeckt – z. B. in Form des Symbiosemusters –, unterstützt er den Klienten dabei, diese wahrzunehmen und zu lösen. Er geht somit *direktiv* vor, um den Klienten zu unterstützen, seine *Autonomie* wiederzuerlangen. Das klingt paradox, ist aber unvermeidbar. Denn der Klient selbst scheint so etwas wie ein „Wahrnehmungsverbot“ für sein Symbiosethema zu haben. – Das teilt er offenbar mit einigen therapeutischen Konzepten!

„Systemische Selbst-Integration“ und Individuation

Eine derart modifizierte Form der Systemaufstellung – man könnte sie als „systemische Selbst-Integration bezeichnen“ – entfaltet eine tiefe verändernde Wirkung. Die Einbeziehung des Symbiosemusters, die Verwendung von Repräsentanten für die abgespaltenen Selbstanteile – das „Selbst“ – nehmen den Aufstellungen das Schwere, vermitteln Lebendigkeit und Fröhlichkeit. Resignation weicht der Hoffnung. Dieser Prozess hat Parallelen zur „Individuation“ C. G. Jungs, der Integration von „Schattenaspekten“ (vgl. Langlotz 2008).

Der Repräsentant des Selbst vertritt oft den „starken“ Teil, der nein sagen darf, sich wehren darf. Bisweilen steht er auch für den „schwachen“ Teil, das „innere Kind“, das damals alleine und traurig oder zornig war, von niemandem gesehen und verstanden wurde – und schließlich vom Klienten selbst „vor die Türe“ geschickt wurde. Nicht selten empfinden die Repräsentanten des „Selbst“ so etwas wie eine bedingungslose Liebe zum Klienten. Das „Selbst“ repräsentiert möglicherweise auch den Aspekt, der Verbindung zur Transzendenz hat, entsprechend der Formulierung C. G. Jungs, der das Selbst als „den göttlichen Funken“ bezeichnete.

Symbiotische Identifikation, Fallbeispiel

Die Rückmeldung eines Klienten, der nach dieser Methode von einer Kollegin behandelt wurde, macht deutlich, was symbiotische Identifizierung mit den Eltern bedeutet und was es heißt, sich aus ihr zu befreien.

„Der Verlauf der Arbeit wurde dramatisch, aber durch und durch positiv. Die Hauptarbeit lag dabei im Verhältnis zur Mutter, weil da so viele verstorbene Geschwister waren und wohl auch weil ich durch mein vor der Geburt gestorbenes Geschwister eine sehr belastete Beziehung zur Mutter und zum Leben mitgebracht habe.

Durch mehrere Einzelschritte, die die Therapeutin sehr gut auf die immer deutlicher werdende Verschmelzung mit der Mutter- (und später auch Vater-) Lebensgeschichte einstellte, kam ich vor die alles entscheidende Entscheidung. Es war die Unmöglichkeit mich vor diesem(n) (tief in mir „verhassten“) Schicksal(en) zu verbeugen, so hart war der Widerstand in mir dagegen. Dann wurde in Einzelschritten der verlorene Selbstanteil der Mutter (später auch des Vaters) dazugenommen und so konnten die Eltern nacheinander ihr eigenes Schicksal annehmen. Als der Vater sein Schicksal annehmen konnte (in unserer Familie gab es eine Väter-Wut, die aus der traumatischen Geschichte der drei Väter gut erklärbar ist), erlosch mein wütender Widerstand und ich spürte ein inneres Lachen, das mir zuerst verrückt vorkam, mir aber jeden Widerstand nahm.

Es war wie verrückt. In der zu Tode ernsten Auseinandersetzung wurde ich, durch das Anerkennen (der Verantwortung) durch die Eltern für ihren Bereich, befreit von einer wahnsinnigen Last und Widerstand gegen etwas Unbekanntes. Ich hatte gar keine Handhabe mehr, mich gegen etwas zu wehren, das gar nicht mehr bei mir war. Es war auf einmal eine klare Trennung der Lebenswege/Bereiche entstanden, die ich bis dahin tief in mir wohl nie auseinanderhalten konnte. Woher sonst denn mein erbitterter Widerstand gegen das Schicksal der Eltern und ihrer Familien. Durch die traumatische Erstarrung in der Vorgeburtsphase steckte vielleicht auch schon eine Wurzel meines Widerstandes (gegen das Leben?) in mir.

Jetzt konnte ich mich wirklich leicht vor – meinem – Schicksal verbeugen. Dann brach es aus mir heraus und ich wurde von Tränen-Schüben der Erleichterung, aber auch der Trauer und ich weiß nicht was für Gefühlen geschüttelt und aufgewühlt, aber auch dabei befreit. Es war wie ein heftiges Reinigungsbad. Die Heftigkeit war aber der Ursache und der gleichzeitigen Erleichterung mehr als angemessen. Mein Blut kochte! Ich hatte Schwierigkeiten, auf den Beinen zu bleiben, und hatte auf einmal das Gefühl, nicht mehr zu wissen, was ich hier mache, wo (wie) ich bin, wo ich hingehöre oder hin will. Es war totale Orientierungssuche ohne Antwort. Aber ich wusste, jetzt geht alles weg und irgendwie fange ich wohl neu an.

An dem Abend und in der Nacht haben mich dann ein Gedanke und Gefühl beschäftigt, eine Art neues Programm für mich, das in der Arbeit schon Thema wurde, „Leben“. Leben ohne Mutter-Vater bzw. Geschichte. Da habe ich nacheinander die enorme Herausforderung an mich gespürt, die Befreiung, den Frieden, aber auch einen Teil Verlust. Jetzt entschlackt mein Körper wie verrückt, etwas das ich mir seit langem wünsche. Es zieht langsam das Gefühl von Frieden in mir ein und es wird wohl auch noch weiter einiges passieren, aber der Knoten ist gelöst und ich werde es zunehmend auch.“

Befreiung aus symbiotischer Verwirrung

In diesem Beispiel wird deutlich, was symbiotische Verwirrung ist: Statt mit seinem „Selbst“ identifiziert sich der Betroffene mit z. B. den Eltern; statt sich von den Eltern grenzt er sich von seinem eigenen „Selbst“ ab, als wäre es gefährlich! Es resultiert ein „symbiotischer

Bewusstseinszustand“ mit den Aspekten Überanpassung, Selbst-Entfremdung und einer kompensatorischen Überabgrenzung. Der geschilderte Hass auf die Eltern und ihr Schicksal lässt sich verstehen als *verzweifelter, aber ungeeigneter Versuch, durch eine „Über-Abgrenzung“ der symbiotischen Verschmelzung mit den Eltern zu entkommen.*

Kollektive Symbiose

Wenn z. B. die Mutter sich von ihrem früh verstorbenen Vater nicht verabschieden konnte, erwartet sie unbewusst von anderen – dem Partner, einem Sohn, einer Tochter (!) – dass sie ihr diesen Verlust ersetzen. Das hindert sie daran, z. B. den Sohn als Sohn wahrzunehmen. Der Sohn spürt, dass er als Kind mit seinen kindlichen Befürfnissen von der Mutter gar nicht wahrgenommen, ja vielleicht sogar abgelehnt wird. In seinem Bedürfnis, der Mutter nahe zu sein, für sie bedeutsam zu sein, „identifiziert“ er sich mit deren Erwartungen, unterdrückt eigene Selbstanteile. So entwickelt er eine falsche Identität, ein „falsches Selbst“.

Das Symbiosemuster kann „systemisch“ als Anpassungs- und Überlebensstrategie an traumatisierte – und traumatisierende – Eltern verstanden werden. Es wird von den Eltern auf die Kinder übertragen. So kann eine „kollektive Symbiose“ entstehen. Das ist besonders in schwer traumatisierten Kollektiven zu beobachten. Mit der *kollektiven Symbiose* ist meist ein eigenes Wertesystem verbunden, das ebenfalls von Generation zu Generation weitergegeben wird: „Selbstlosigkeit“ wird z. B. als Liebe verstanden, das Bedürfnis nach Selbstbestimmung und Abgrenzung wird als egoistisch und lieblos, als Verrat diffamiert. Die Bestimmung des Einzelnen ist es, für die Bedürfnisse des Kollektivs, konkret der traumatisierten Eltern zur Verfügung zu stehen. Salopp ausgedrückt: „Prothese“ zu sein für die Amputationswunde der Eltern.

Kollektive Symbiose gibt es auch außerhalb der Familie, in Vereinen, Sekten, Therapieschulen, ja ganzen Volksgruppen. Der kollektiven Symbiose entspricht ein *familiäres kollektives Unbewusstes*. Da es zwischen den Generationen keine Grenzen mehr gibt, teilen sich Erfahrungen Gefühle, Schicksale der Früheren unbewusst den Späteren mit: Die Enkelin hat die Bilder und Gefühle von sexuellen Übergriffen, die nicht in ihre eigene, sondern in die Biografie der Großmutter gehören, welche auf der Flucht vergewaltigt wurde.

Trauma und die Problematik des Verzeihens

Körperliche und seelische Gewalt ist besonders in *symbiotischen Kollektiven* sehr verbreitet. Eltern erleben in ihrer „symbiotischen Unabgegrenztheit“ ihre Kinder nicht als von sich getrennt, sondern als Teil von sich. Sie haben kein Gefühl für Grenzen, weder die eigene noch die der anderen. Sie glauben daher, über ihre Kinder verfügen zu können. Trauma

führt meist zu einer Identifikation des Opfers mit dem Täter, zu einer Abspaltung zentraler Selbst-Anteile: Erinnerung an die Verletzungen, die Demütigung, aber auch an Hass und Mordfantasien werden verdrängt.

Manche Aufsteller, die Versöhnung mit den Eltern als Allheilmittel missverstehen, und daher ihre Klienten mit Gewalterfahrung auffordern, den sehr verwirrenden oder traumatisierenden Eltern zu *verzeihen*, verstärken so deren Tendenzen, eigene Selbstanteile abzuspalten. Das ist wie eine Re-Traumatisierung, ein *therapeutischer Kunstfehler!* Ist dies nicht die Ursache dafür, dass immer wieder Klienten nach Familienaufstellung in eine suizidale oder psychotische Krise geraten? Und liegen Psychotherapeuten, an die sich diese Klienten in ihrer Krise wenden, wirklich so falsch, wenn sie deshalb Familienstellen für gefährlich halten?

Das *Verständnis der Symbiose* ermöglicht es dem Therapeuten, den Klienten dabei zu unterstützen, sich von diesen Eltern abzugrenzen, sich zunächst mit sich selbst, mit seinen abgespaltenen Selbstanteilen zu versöhnen (vgl. Langlotz 2006). Hilfreich sind dann Sätze wie „Du hast mich so verletzt! Ich hasse dich dafür, ich wünsche dir den Tod, und ich stehe dazu!“ und „Ich achte das Leben, das ich durch dich habe, indem ich es vor dir schütze!“ Gelingt die Versöhnung mit dem Selbst, dann ergibt sich manchmal wie von selbst auch eine Versöhnung mit dem traumatisierenden Elternteil.

Rückgriff auf archaische Muster?

Möglicherweise handelt es sich bei der kollektiven Symbiose um eine archaische Überlebensstrategie aus der menschlichen Frühzeit, als nur die Clans überleben konnten. Der Einzelne identifizierte sich mit seinem Clan, konnte sich nicht ohne seinen Clan vorstellen. Das Wiederauftreten dieses Musters in traumatisierten Kollektiven könnte vielleicht als Regression, als Zurückgreifen auf archaische Bewältigungsstrategien verstanden werden.

Der Slogan „Du bist nichts, dein Clan (Volk) ist alles“ wurde dann von den Nazis erfolgreich missbraucht, um ihren terroristischen Manipulationen der Massen den Anschein einer moralischen Legitimation zu geben. Kollektive Symbiose ist mit *kollektiver Selbstentfremdung* verbunden, einer kollektiven Unterdrückung der eigenen Wahrnehmung, des eigenen Gefühls, der eigenen Bedürfnisse. *Damit geht auch das Mitgefühl verloren.* Es entsteht ein ungeheures aggressives Potenzial: Durch das Symbiosemuster an sich: die Wut über das „ungelebte eigene Leben“, Verlust der *Selbstbestimmung, der Autonomie*, durch die symbiotische Identifikation mit dem Leid der Ahnen und der Tendenz, dies Leid der Ahnen zu rächen, als wäre es das eigene. Das gestaute aggressive Potenzial wird destruktiv, wird umgeleitet z. B. auf einen äußeren Feind, auf Sündenböcke, oder gegen eigene Selbstanteile. Wäre der

Holocaust ohne die Dynamik dieser „kollektiven Selbstentfremdung“ überhaupt möglich gewesen?

„Kollektive Anhaftung oder Besetzung“ und kollektive Destruktion?

Ethnische Konflikte wie z. B. zwischen Serben und Muslimen können ebenfalls als Beispiel für eine kollektive Symbiose verstanden werden. Diese Konflikte zwischen Religionen oder Volksgruppen werden über Generationen weitergegeben, als gäbe es keine Grenze von Tod und Geburt. Wenn Karadzic und andere sich mit den „Märtyrern“ des Widerstandes gegen die übermächtigen Türken vor Hunderten von Jahren identifizieren, als wäre deren Leid ihr eigenes, als hätten sie und die von ihnen mobilisierten Massen die Aufgabe, ja das Recht, deren Schicksal an den Nachkommen der Täter zu rächen, dann kann das als *kollektive Identifikation*, als „*kollektive Anhaftung oder Besetzung*“ verbunden mit einer *kollektiven Selbst-Entfremdung* verstanden werden. Das setzt ein ungeheures kollektives Destruktionspotenzial frei: Entspricht das nicht den „Schattenkräften des Bösen“? Entsteht der Anschein von Autonomie nicht erst dadurch, dass das Phänomen der kollektiven Symbiose mit seinem ungeheuer destruktiven Potenzial als „Familienseele“ (Hellinger) bezeichnet wird? Wird hier nicht das Symbiosemuster, und damit der Anteil der Lebenden an diesem Phänomen übersehen?

„Das kollektive Böse“ und die Vision von Freiheit und Versöhnung

Die destruktive Wucht der Identifikation mit dem Kollektiv ist unübersehbar. Offenbar bedarf es da einzelner, „individuiertes“ Persönlichkeiten, die sich von diesem kollektiven Druck, dem Bedürfnis nach Rache – oder Sühne – abgrenzen können und ihm die *Vision von Freiheit und Versöhnung* entgegensetzen. De Gaulle und Adenauer ist es gelungen, durch ihr persönliches Beispiel mit dazu beizutragen, die deutsch-französische „Erbfeindschaft“ zu beenden! *Das hat die Achtung für die eigenen nationalen Traditionen nicht gemindert, ganz im Gegenteil!*

In den USA hat Martin Luther King, ein Nachkomme von afrikanischen Sklaven, sich dem kollektiven Bedürfnis nach Rache und Vergeltung entgegengestellt. Er hat Gewaltfreiheit propagiert und seinen „Traum verkündet“, dass seine Kinder oder Enkel nicht mehr nach ihrer Hautfarbe beurteilt werden, sondern nach ihren Fähigkeiten. Er selbst wurde zwar kurz danach ermordet. Es ist also nicht ungefährlich, sich dem kollektiven Bedürfnis nach Rache – den „Schattenkräften“ – entgegenzusetzen. Aber seine Vision hat etwas bewirkt! Heute, 45 Jahre später erleben wir, dass Barack Obama, ein Farbiger, Präsident der USA wird! – Seine Ahnen allerdings wurden nicht durch das Schicksal der Sklaverei belastet! – Dieser Mann ist getragen von der Hoffnung der vielen, die ein tiefes Bedürfnis nach Befrei-

ung aus den kollektiven Zwängen, den Wunsch nach einem selbstbestimmten Leben in sich tragen. Und diese Vision scheint über die Grenzen der USA hinaus weltweit zu wirken!

„Systemische Selbst-Integration“, ein neues therapeutisches Paradigma

Mir scheint, dass es an der Zeit ist, die Form der „klassischen“ Systemaufstellungen weiterzuentwickeln. Die hier vorgestellte Form der Systemaufstellung scheint gut geeignet, die beiden Grundbedürfnisse nach Freiheit *und* Autonomie zu unterstützen. Sie macht dem Klienten seine symbiotischen Verstrickungen mit dem Kollektiv bewusst und zeigt ihm einen Lösungsweg aus der „Falle“ einer kollektiven Symbiose auf. Sie ermöglicht ihm die *Individuation*, die Fähigkeit, selbst-bestimmt zu leben. Diese Vorgehensweise erweist sich auch und gerade bei Klienten mit psychiatrischen Erkrankungen und Gewalterfahrungen als sehr wirkungsvoll (vgl. Langlotz 2005).

Zusammenfassend scheint das Konzept „systemische Selbst-Integration“ alle Prinzipien zu berücksichtigen, die Klaus Grawe (2001, S. 703ff.) in „Psychotherapie im Wandel“ für eine professionelle, effiziente Psychotherapie forderte: Gruppensetting, Klärungsperspektive, Bewältigungsperspektive, Beziehungsperspektive, Aktivierung der alten „Schemata“ und Lösung auf einer nonverbalen emotionalen Ebene (Rituale!).

Die Lösung des Dilemmas

Individuation ist ein lebenslanger Prozess: immer wieder ein neues Gleichgewicht zu finden zwischen den beiden Grundbedürfnissen: dem nach Bindung und Zugehörigkeit und dem nach Freiheit und Autonomie. Das ermöglicht es, in der Begegnung mit dem Anderen sich selbst zu zeigen und sich selbst dabei neu zu erfahren – anstatt sein Selbst zu verstecken. Es entsteht eine andere Qualität des Kontaktes: die Ich – Du Begegnung. Das *Dilemma* löst sich. Veränderung und Wachstum werden möglich.

*leben,
einzeln
und frei
wie ein baum,
und brüderlich,
wie ein wald!
das
ist unsere sehnsucht!*

Nazim Hikmet, türkischer Dichter und Freiheitskämpfer

Literatur

- Grawe, K., Donati, R., Bauer, F. (2001). Psychotherapie im Wandel. Göttingen: Hogrefe.
- Gruen, A. (1987). Der Wahnsinn der Normalität. Realismus als Krankheit: eine grundlegende Theorie zur menschlichen Destruktivität. München: dtv dialog und praxis.
- Gruen, A. (1989). Der Verrat am Selbst. Die Angst vor Autonomie bei Mann und Frau. München: dtv dialog und praxis.
- Hellinger, B. (1994). Ordnungen der Liebe. Heidelberg: Carl-Auer Verlag.
- Kampenhout, D. van (2008). Die Tränen der Ahnen. Heidelberg: Carl-Auer Verlag.
- Langlotz, E. R. (2005). Zur Effizienz des Familienstellens. Praxis der Systemaufstellung 1, pp. 91-94.
- Langlotz, E. R. (2006). Destruktion und Autonomieentwicklung – Ein Beitrag zum Verständnis und zur Behandlung destruktiven Verhaltens. Praxis der Systemaufstellung 1, pp. 46-55.
- Langlotz, E. R. (2006). Zur Diskussion gestellt: Verschmelzungssyndrom oder Verstrickung (Familienseele oder Individuation?). Praxis der Systemaufstellung 2, pp. 40-42.
- Langlotz, E. R. (2008). Individuation nach C. G. Jung und „Initiatische Systemaufstellung“. Jung heute, pp. 10-11, Verlag Dieter Klein
- Mentzos, S. (2002). Psychotherapie in der Behandlung von chronisch schizophrenen Patienten. Psychotherapie im Dialog, September 2002, pp. 223-229.
- Mentzos, S. (2003). Psychodynamik und Psychotherapie schizoaffektiver Psychosen. Vortrag bei Dr. Jung.

Dr. Ernst Robert Langlotz