

Fallstudie aus der psychotherapeutischen Praxis

Schuldgefühle

Patient Michael, Ende 40

Anamnese Michael, verheiratet, 2 erwachsene Töchter (24 und 19 Jahre), von Beruf Industriemeister, kommt in die Beratung, weil der neue Lebensgefährte der besten Freundin seiner Frau sexuell übergriffig geworden war. Er hatte Michaels jüngere Tochter abgepasst, angegrapscht und mit den Fingern penetriert. Zu einem GV kam es nicht, da sie sich losreißen und flüchten konnte. Die Tat ist angezeigt, Polizei und Staatsanwaltschaft sind eingeschaltet. Doch seither hat Michael Atembeschwerden. Aufgrund eines Leistungsabfalls in der Firma ist er schon seit 6 Wochen krankgeschrieben.

Therapie Beratungsdoppelstunde 1: Sachverhaltsermittlung M. berichtet, wie wütend er auf seine Frau sei, die den Kontakt zu ihrer besten Freundin trotz des Übergriffes nicht abbrechen will. Das sei doch das Normalste der Welt, dass man mit solchen Leuten nichts mehr zu tun haben wolle, argumentiert er. Er fühle sich von ihr „verraten und im Stich gelassen“.

Ich lasse ihn seinen ganz Frust und Ärger ausführlich „auskotzen“ und frage dann, ob sich vielleicht noch jemand „verraten und im Stich gelassen“ fühlen könnte. Schnell stellt sich heraus, dass M. denkt, dass seine Tochter sich so fühle, weil er als Vater versagt habe. Schließlich war ihm „dieser Typ“ (gemeint ist der neue Lebensgefährte der besten Freundin seiner Frau) „nie ganz geheuer“. Und eigentlich wollte M. auch nicht, dass die ganze Familie in einen so engen und häufigen Kontakt mit den beiden kommt. Aber gegen seine Frau hatte er sich nicht durchgesetzt, um Streit zu vermeiden. Das wirft er sich jetzt vor, da das Unheil so seinen Lauf nehmen und er seine „kostbare Prinzessin“ nicht schützen konnte.

Ich frage M., wie seine Tochter mit der ganzen Situation umgeht. „Mir scheint, die geht viel erwachsener mit dem ganzen Malheur um als ich“, gibt er zur Antwort. Er berichtet, dass sie sich einige Tage lang bei ihrer großen Schwester ausgeweint habe und sich von ihr Trost spenden ließ. Dann habe sie Anzeige erstattet, sich wacker allen peinlichen Fragen von Polizei und Staatsanwaltschaft gestellt

und sich einen Therapeuten gesucht, um die Sache zu verarbeiten. Jetzt sei sie mit ihrem Freund zusammengezogen und es gehe ihr gut.

Ich schlage vor, dass M. seine Tochter doch einfach mal fragen soll, ob sie ihren Eltern bzw. speziell ihm vorwirft, sie nicht beschützt zu haben.

Beratungsdoppelstunde 2: Wahrheits- und Urteilsfindung M. berichtet von einem Telefonat mit seiner Tochter und dass sie ihren Eltern, ganz besonders ihm als ihrem Vater, keinerlei Vorwürfe mache. Sie sei ja schließlich schon erwachsen und müsse selbst auf sich aufpassen können. Weder sie selbst noch ihre Eltern halte sie für schuldig, auch nicht die Freundin ihrer Mutter, sondern ausschließlich den Übeltäter. Ich frage M., ob er sich diesem Urteil anschließen und damit Frieden schließen könne. Das sei ihm schon nach dem Telefonat gelungen, antwortet M.

„Und wie steht’s mit dem Frieden mit Ihrer Frau?“, frage ich nach und stelle schnell fest, dass es da noch nicht gut ist. Weil wir im Gespräch nicht weiterkommen, schlage ich M. eine Trance-Reise vor. Er willigt ein, nimmt eine entspannte Position ein und lässt sich von mir führen. Vor seinem Geist lasse ich es zu einer Begegnung mit seinem verstorbenen Vater kommen. „Was sagt dein Vater?“, frage ich. M. lauscht einen Moment in sich hinein und antwortet dann: „Du hast immer noch zu hohe Ansprüche an dich, mein Sohn. Du musst nicht alles wissen, können und richtig machen. Im Leben passieren nun mal schlimme Dinge, die muss man verzeihen können.“ Diese Worte lasse ich eine Weile auf M. wirken. Dann führe ich ihn weiter zu einer Begegnung mit einem magischen Spiegel, in dem er sich selbst sehen kann. Sein Spiegelbild gleicht ihm in jedem Detail, nur dass der Spiegel anders agiert als er. Ich bitte M., den Spiegel zu fragen, was er denn von ihm halte. Die Antwort: „Michael, du bist ein Mann, der zu seiner Frau hält. Du bist ziemlich geduldig und hältst ganz schön was aus.“ M. muss grinsen, als er sich selber so reden hört, und meint: „Das stimmt schon.“ Ich wiederhole die Aussage des Spiegels und verankere sie dann in M. Mit diesen Eindrü-

cken verabschieden wir uns bis zur nächsten Sitzung.

Beratungsdoppelstunde 3: Stellungnahme und Reaktion M. kommt gut gelaunt zur Sitzung und erzählt von einem Traum, den er hatte: „Zwei verfeindete Heere standen sich bis an die Zähne bewaffnet gegenüber, zum Kampf bereit, bis zum letzten Mann. Da plötzlich lässt der eine Heerführer alle Fahnen und Feldzeichen senken und einholen. Anschließend reitet er auf einem goldenen Esel dem Heer des Feindes entgegen und bittet um Friedensverhandlungen.“ Ich frage M., was ihm der Traum zu sagen hätte. „Die verfeindeten Heere sind meine Argumente und die meiner Frau. Der eine Heerführer bin ich, der goldene Esel ist meine eigentlich gutmütige Art. Mit meiner Frau habe ich mich vorgestern ausgesprochen. Jetzt ist wieder Friede.“ Dem Traum vorangegangen war ein für M. sehr aufwühlendes Opfer-Täter-Ausgleich-Treffen, während dem seine Frau deutlich gemacht hatte, dass sie die langjährige enge Beziehung zu ihrer besten Freundin nicht aufgeben wird, weil diese nicht verantwortlich zu machen sei für die Untat ihres Lebensgefährten. Von diesem hat die Freundin sich mittlerweile getrennt. Aber auch noch den Kontakt zur besten Freundin zu kappen, das ergäbe für sie keinen Sinn. Da legte M. die Waffen nieder, hörte auf zu kämpfen und resignierte. Anschließend fand er Frieden.

In dieser Sitzung lernte ich erneut etwas von einem meiner Lehrer, nämlich dem Klienten und Patienten. Das lateinische Wort, von dem Resignation abstammt, so erläutert Michael es mir, lautet „re-signare“ und bedeutet: die Feldzeichen (signum) senken und einholen. Damit wird zum Ausdruck gebracht: Ich will den Kampf beenden und Frieden schließen. Resignieren muss nicht immer gleich das Aufgeben aller Hoffnung bedeuten. Es kann auch der Auftakt zu einem besseren Miteinander sein.

Herbert Ruffer

Heilpraktiker für Psychotherapie, Praxis für Paar-, Einzel- und Psychotherapie in Landshut

kontakt@praxis-ruffer.de

