

Robert Langlotz

Abtreibung als Trauma

Bericht einer Klientin

Anliegen

In ihr und um sie herum gebe es Chaos, sie habe selbst keine Lebenslust mehr, fühle sich einsam, mache die anderen unglücklich, habe Angst, auch die Kinder zu belasten.

Gegenwartsfamilie: getrennt, 2 Kinder (14 und 15), lebt in einer anderen Beziehung, die auch schwierig ist, sie hat das Gefühl, sich nicht recht binden zu können. Als Studentin sei sie einmal schwanger gewesen, habe abgetrieben. Erst kürzlich sei das wieder aufgetaucht, als ihre Freundin mit einem ähnlichen Thema beschäftigt war.

Aufstellung der Gegenwartsfamilie

Es wird deutlich, dass Eva die Abtreibung vor 20 Jahren noch nicht verarbeitet hat. In der Gegenüberstellung mit dem „abgetriebenen Kind“ kommen sehr viel Trauer, Schmerz und Schuldgefühle hoch. Zur Lösung schlage ich ihr folgende Sätze vor: „Du bist mein erstes Kind, ich habe mich gegen dich entschieden, ich kann das nicht rückgängig machen und ich stehe dazu!“ Offensichtlich fällt es ihr schwer, dazu zu stehen, sie fühlt sich schuldig. Für die Lösung ist es jedoch entscheidend, dass sie zu ihrem damaligen Entschluss steht.

Die Stellvertreterin des abgetriebenen Kindes ist ihr nicht böse, sie ist sehr betroffen von Evas Schmerz.

Ich schlage weiter die Sätze vor: „Ich konnte dich nicht begrüßen und ich konnte dich nicht verabschieden, schade!“

Sie spürt jetzt sehr viel Verbindung zu dem ersten Kind und möchte es gerne umarmen. Das Kind hat nichts dagegen. Sie umarmt es innig, Liebe und Schmerz können fließen. Ich frage, hast du dich nach der Abtreibung verändert gefühlt! So als ob ein Teil von dir verloren gegangen sei, mit dem Kind gegangen ist?

Sie überlegt und nickt.

Du kannst das Kind bitten, dass es dir wieder das zurückgibt, was von dir vielleicht mit ihm gegangen ist. Sie bittet das Kind darum und erhält die „verlorenen Teile“ wieder zurück. Danach entspannt sich ihr Gesicht, sie richtet sich auf und wird ruhiger.

Ich sage ihr, für das Kind ist es ja schon lange vorbei. Aber es gibt eine alte Vorstellung, dass die Seele des Verstorbenen nicht frei ist, wenn ein anderer durch Trauer oder Schuldgefühle noch an sie gebunden ist. Du könntest der Seele deines ersten Kindes helfen, ihren Frieden zu finden!? Sie nickt. Ich schlage ihr den Satz vor: „Für dich ist es schon lange vorbei, ich muss dich nicht mehr durch meine Trauer und meine Schuldgefühle festhalten. Du bist frei, jetzt dahin zu gehen, wo es keinen Schmerz gibt und keine Schuld, wo du deinen Frieden finden kannst!“

Nach diesem Satz hat sie selbst und die Vertreterin des abgetriebenen Kindes das Gefühl, dass sie sich trennen können. Nach einer letzten Umarmung dreht sich die Stellvertreterin des abgetriebenen Kindes um und sucht sich einen Platz am Fenster. Eva verspürt noch einmal einen Schmerz, so als sei erst jetzt die unwiderrufbare Trennung erfolgt.

Bei einem Treffen der gesamten Gruppe, 5 Monate nach der Aufstellung, berichtet Eva, es sei ihr schon gleich nach dem Seminar sehr gut gegangen. Die Schuldgefühle seien

weg. Jetzt habe sie das Gefühl, 3 Kinder zu haben, die Älteste, die Tochter, sei das 2.! Dadurch sei alles viel entspannter. Die beiden Kinder (13 und 14), die sonst bei Abwesenheit des Partners immer das Ehebett mit ihr geteilt hatten, hätten seitdem spontan nicht mehr bei ihr im Bett geschlafen. So als hätten sie sich beide frei gefühlt, entlastet.

Und: Sie fühle sich nicht mehr so alleine wie zuvor! Zu ihrem Partner habe sie mehr Distanz, beide hätten jetzt mehr Achtung füreinander, dadurch gehe es ihnen miteinander sehr gut.

Testpsychologisch

Im PAI, einem Nachfolger des MMPI, waren folgende Werte vor Beginn stark erhöht (in Klammern die Abnahme der entsprechenden T-Werte am Ende des Seminars): traumatische Belastungen 84 (48, -36!), Depression kognitiv 90 (67), Depression affektiv 85 (58), Depression somatisch 69 (50), Denkstörungen 75 (55), Identitätsprobleme 80 (62). In allen Skalen, die einen T-Wert über 70 aufwiesen, sank der Wert auf unter 70!

Dieses Fallbeispiel scheint mir in mehrerer Hinsicht sehr aufschlussreich, sowohl für das Verständnis von Abtreibung als auch der hier vorgestellten Therapie.

Die Folgen einer Abtreibung

Diese Fallgeschichte zeigt eindrücklich, wie eine nicht verarbeitete Abtreibung nach 20 Jahren das Beziehungsgefüge und die Befindlichkeit einer Frau nachweisbar gravierend verformen kann. Diese Feststellung scheint insofern gerechtfertigt, als die zunächst gemessenen erheblich erhöhten Parameter für Traumatisierung, Angst und Depression unmittelbar nach einer gezielten Intervention auf einen Durchschnittswert abgesunken sind, und das anhaltend!

Zur Dynamik bei Abtreibung

Bei einer Abtreibung entscheidet sich eine Frau gegen das eigene Kind. Sie hat in der Regel schon sehr früh eine vielleicht unbewusste seelische Bindung zu dem entstehenden Kind aufgenommen. Sie konnte es aber bewusst nicht „begrüßen“. Unter diesen Umständen scheint der psychohygienisch so wichtige Vorgang des Abschieds und Trauerns um das Kind kaum möglich. Ein solcher Abschied erfordert – und das scheint paradox –, dass die Mutter das Kind zunächst liebevoll begrüßen kann, in den Arm nehmen kann, ihm ihre Liebe zeigen kann, bevor sie sich verabschiedet, das heißt es abtreibt, weil sie unter den gegebenen Umständen sich nicht für das Kind entscheiden kann. Mir scheint

geradezu die Blockade, der Stau dieser mütterlichen Liebe zu dem Kind, die Tatsache, dass diese mütterliche Liebe nicht fließen konnte, das entscheidende Problem. Ich sehe hier eine Parallele zu dem organischen Phänomen des Milchstauens, der zu einer Brustentzündung führen kann.

Ist also der Vollzug eines solchen Abschiedes unter diesen Bedingungen schon schwer genug, so wird er geradezu unmöglich, wenn die Frau von der Gesellschaft wegen einer Abtreibung moralisch verurteilt wird, so als sei sie eine Mörderin. Dann ist der heilende Vollzug, durch den das Kind begrüßt und verabschiedet werden kann, blockiert. In der Seele der Frau bleibt so etwas wie eine Wunde, die sich einschränkend auf ihre Bereitschaft auswirkt, sich einem Partner, ihren Kindern zuzuwenden. Das ganze Beziehungsgefüge der Familie wird dadurch verformt. Traumatisierung, Selbstwertprobleme, Depressionen und Ängste sowie Suizidalität sind fast notwendig die Folge.

Die Rolle einer wertenden Moral

Überspitzt könnte man sagen: Das Problem ist nicht die Abtreibung als solche, sondern eine abwertende Moral, welche die Frau moralisch verurteilen zu dürfen glaubt. Es ist diese „moralische Keule“, die dazu missbraucht wird, einen Einzelnen moralisch schuldig zu sprechen, und ihn dadurch traumatisiert. Trotz aller Aufklärung wird auch heute noch diese Keule von der Gesellschaft, von der Kirche, aber auch von Therapeuten benützt. Auch systemische Therapeuten sind davon nicht ausgenommen, wenn sie zum Beispiel der Frau als Lösungssatz zum Kind vorschlagen „Ich habe dich nicht gewollt“ oder gar die Behauptung aufstellen, durch eine Abtreibung müsse notwendigerweise eine Paarbeziehung zerstört werden. Eine Paarbeziehung ist in der Tat gefährdet, wenn ein gestorbenes Kind nicht gemeinsam betrauert und verabschiedet worden ist. Das gilt offenbar auch für ein abgetriebenes Kind!

Die Moral – zum Beispiel die Zehn Gebote der jüdisch-christlichen Tradition – ist dann wertvoll und hilfreich, wenn sie als „Gebrauchsanweisung für ein glückliches Leben“ verstanden wird. Dieser Unterschied im Verständnis mag gering erscheinen, aber er ist entscheidend!

Der Stellenwert der Aufstellungsarbeit

Für den Heilungsprozess ist es offensichtlich erforderlich, dass der Therapeut nicht abwertet, nicht verurteilt. Erst dann ist er in der Lage, die Klientin bei ihrem Abschiedsprozess von dem abgetriebenen Kind zu unterstützen. Die Arbeit mit Stellvertretern ist gerade hier besonders hilfreich, weil der Stellvertreter eines abgetriebenen Kindes erstaunlicherweise fast nie der Mutter böse ist! Im Gegenteil, er fühlt sich belastet durch ihre Schuldgefühle.

Das hier beschriebene Vorgehen ist direktiv, aber nicht autoritär! Der Leiter schlägt der Klientin Lösungssätze vor – die sie auch ablehnen kann –, seiner Erfahrung und Intuition folgend. Durch diese Vorgehensweise wird offensichtlich ein seelischer Selbstregulierungs- oder Selbstheilungsprozess bei der Klientin angestoßen. Ein Nacharbeiten oder Durcharbeiten, das von vielen Therapieschulen für erforderlich gehalten wird, hat in unserem Fall nicht stattgefunden. Auch in den meisten anderen Fällen werden Nachgespräche – obwohl ich sie selbstverständlich anbiete – von den Klienten nicht in Anspruch genommen.

Diese Methode verwendet also die wichtige Ressource seelischer Selbstheilungskräfte, sie ist insofern weniger eingreifend als andere Methoden – obwohl sie direktiv ist!

Die Rolle archaischer Abschiedsrituale

Nach meiner Einschätzung sind die hier beschriebenen archaischen Abschiedsrituale für die tiefe und anhaltende Wirkung entscheidend. Sie sollen daher kurz erläutert werden.

Verlust von Seelenanteilen

Unsere Sprache kennt die Vorstellung, dass „ein Teil von mir bei einem Verstorbenen geblieben ist“, „mit ihm gestorben ist“. Oder dass wir „unser Herz bei einer früheren Liebe“ gelassen haben.

Der Psychoanalytiker würde hier vielleicht den Begriff der Verdrängung, der Abspaltung verwenden, jene Überlebensstrategie, welche die Erinnerung an gewisse biografische Ereignisse blockiert, um den mit ihr verbundenen Schmerz zu vermeiden.

Für die Lösung durch Imagination erscheint die archaische Vorstellung von Seelenverlust geeigneter, da sie sich auch als Ritual körperlich erfahrbar vollziehen lässt.

Der verstorbenen Seele ihren Frieden lassen

Auch diese archaische Vorstellung mag manchen naturwissenschaftlich orientierten Kollegen befremdlich erscheinen. Sie begegnet uns in einem Märchen der Gebrüder Grimm: „Das Totenhemdchen“, und zwar bereits mit ihrem heilenden Potenzial.

Das Totenhemdchen

Es hatte eine Mutter ein Bublein von sieben Jahren, das war so schön und lieblich, dass es niemand ansehen konnte, ohne ihm gut zu sein, und sie hatte es auch lieber als alles auf der Welt. Nun geschah es, dass es plötzlich krank ward

und der liebe Gott es zu sich nahm; darüber konnte sich die Mutter nicht trösten und weinte Tag und Nacht. Bald darauf aber, nachdem es begraben war, zeigte sich das Kind nachts an den Plätzen, wo es sonst im Leben gesessen und gespielt hatte; weinte die Mutter, so weinte es auch, und wenn der Morgen kam, war es verschwunden. Als aber die Mutter gar nicht aufhören wollte zu weinen, kam es in einer Nacht mit seinem weißen Totenhemdchen, in welchem es in den Sarg gelegt war, und mit dem Kränzchen auf dem Kopf, setzte sich zu ihren Füßen auf das Bett und sprach „ach Mutter, höre doch auf zu weinen, sonst kann ich in meinem Sarge nicht einschlafen, denn mein Totenhemdchen wird nicht trocken von deinen Tränen, die alle darauf fallen“. Da erschrak die Mutter, als sie das hörte, und weinte nicht mehr. Und in der anderen Nacht kam das Kindchen wieder, hielt in der Hand ein Lichtchen und sagte „siehst du, nun ist mein Hemdchen bald trocken, und ich habe Ruhe in meinem Grab“. Da befahl die Mutter dem lieben Gott ihr Leid und ertrug es still und geduldig, und das Kind kam nicht wieder, sondern schlief in seinem unterirdischen Bettchen.

Es ist offensichtlich, dass diese Vorstellung – zusammen mit der Metapher des „Seelenverlustes“ – den Prozess des Abschiednehmens, den Prozess der Heilung eines alten Trennungstraumas wirksam unterstützen kann. Das macht diese Metaphern so wertvoll. Bemerkenswert ist, dass sie in manchen schamanischen Traditionen für Heilrituale verwendet wurden.

Die Frage, ob in der „objektiven Wirklichkeit“ eine Entsprechung für diese Metapher nachweisbar ist, scheint mir irrelevant angesichts des hohen therapeutischen Potenzials. Ja, ich möchte die umgekehrte Frage stellen: Könnte es nicht gerade der Verlust dieser und anderer heilsamer Vorstellungen sein, verursacht durch eine radikale Aufklärung, welcher dazu beigetragen hat, dass wir seit Generationen verlernt haben zu trauern, uns von den Gegangenen so zu verabschieden, dass wir uns wieder den Lebenden, dem Leben zuwenden können?!