

Herzinfarkt, Schlaganfall, Panikattacken

Robert Langlotz

Die Fallgeschichte

L., 63 Jahre, erlitt im letzten Jahr nacheinander einen Herzinfarkt und einen Schlaganfall. Er bekam drei Stents, entwickelte Panikattacken.

Er ist Immobilienmakler, wurde von seinem Kompagnon ausgenützt, sodass er sich von ihm trennen musste.

Vor fünf Jahren starb die Mutter, sie war ein Jahr wegen Alzheimer pflegebedürftig, schrie den ganzen Tag. Weil niemand sie pflegen wollte, übernahm er die Pflege. Damals trennte sich seine Frau von ihm, sie warf ihm vor, von seiner Mutter abhängig zu sein. Sie schaffte es, ein gemeinsames Haus in Spanien, seinen einzigen Besitz, auf ihren Namen umschreiben zu lassen, sodass er nun mittellos ist.

Er litt schon immer unter Depressionen, zeitweilig auch unter Alkoholmissbrauch, mit 30 und 40 Jahren Psychotherapie.

Sein Vater war gewalttätig, wurde wegen Pädophilie zu Gefängnisstrafe verurteilt, erschoss sich jedoch vorher selbst.

Das Anliegen

Mein Eindruck: Bei L. besteht eine ausgeprägte Opferdynamik, eine massive Aggressionshemmung, mit starken autoaggressiven Tendenzen: Depressionen, Alkohol, lebensbedrohliche Erkrankungen.

L. war mit dieser Deutung einverstanden und bereit, durch eine Aufstellungsarbeit an der „Befreiung“ seiner Aggression zu arbeiten, aber keinesfalls in der Gruppe. So entschloss ich mich zur Einzelarbeit.

Die Beziehung zum Vater

Als Erstes arbeiteten wir an seiner Beziehung zum Vater, von dem er selbst Gewalt und Missbrauch erlebt hatte. Auffallend war, dass er keine Wut auf ihn spürte, Mitleid mit ihm hatte, ja ihn entschuldigte. Dies war bereits ein Hinweis auf die häufige „Identifikation mit dem Aggressor“ (Anna Freud).

Er stellte einen Stuhl – als Stellvertreter für den Vater – abgewandt in die eine Ecke des Raumes und sich zu ihm in Beziehung: in die andere Ecke, ebenfalls abgewandt. Da die Überprüfung ergab, dass er sich an Vaters Platz „gut auskannte“, mit ihm symbiotisch verschmolzen war, verstehe ich dies Phänomen als Ausdruck einer „Überabgrenzung“, als verzweifelten Versuch, innerlich Abstand zu diesem destruktiven Vater zu bekommen. Offensichtlich gab es da noch viel zu klären.

Ich stellte ihn nun dem Vater gegenüber und schlug ihm die Sätze vor: „Du hast mich so verletzt, dass darf ich dir nicht verzeihen! Ich habe dich dafür gehasst ...“ er schüttelte den Kopf, er hatte Mitleid mit dem Vater! Ich erklärte ihm, wie wichtig es für die Lösung sei, dass er seine Gefühle von Wut und Hass zum Vater zulassen könne, da sie sich sonst gegen ihn selber richteten. Schliesslich konnte er den Satz nachsprechen: „Ich hätte dich dafür hassen können, dir den Tod wünschen können – und ich stehe dazu!“

Das lösende Trommelritual

Als Nächstes löste ich die symbiotische Verschmelzung zum Vater mithilfe des Trommelrituals. Nun konnte er die Sätze aussprechen: „Vater, du bist du, ich bin ich. Du hast dein Schicksal, ich habe meines, du bist deinen Weg gegangen, ich gehe meinen Weg, und ich bleibe immer dein Sohn!“ Mehrere Rückgaberituale vollendeten die Lösung der Verschmelzung: Er gab dem Vater die von ihm übernommene Schuld und Verantwortung symbolisch durch einen Stein zurück, hauchte ihm symbolisch die fremde Energie zurück, die er unbewusst von ihm übernommen hatte, und konnte ihn schließlich darum bitten, die eigene Energie von ihm zurückzuerhalten.

Ritual zur Lösung von der Aggression

Nach diesen Ritualen fühlte er sich dem Vater gegenüber vollständiger, gestärkt.

Nun ging es darum, seine Aggression zu befreien. „Vater, damals habe ich mir alles gefallen lassen, ich konnte mich nicht wehren. Heute lasse ich mir nichts mehr gefallen, von niemandem!“

Da der letzte Satz noch wenig überzeugend war, bat ich, ihn mehrmals zu wiederholen, bis er mehr Kraft erhielt.

Ich fragte ihn: Willst du deinem Vater zeigen, wie du dich wehren kannst?

Erstaunt und ungläubig schaute er mich an. Ich wiederholte: Ja, ich meine das wirklich so, du kannst deinem Vater jetzt zeigen, wie du dich wehren kannst.

Seine Augen begannen zu blitzen, seine bisher schlaffe und resignierte Haltung veränderte sich mit einem Schlag.

Ich legte einen Schal – um seine eigene Grenze zu markieren – auf den Boden und erklärte, dass ich, in Vertretung seines Vaters, in „seinen Bereich“ eindringen würde und er mich – natürlich ohne mich zu verletzen – aus seinem Bereich mit seiner ganzen Kraft hinausschieben könne.

Beim ersten Mal war seine Kraft noch deutlich gebremst. Ich ermutigte ihn, seine ganze Kraft zu zeigen: „Es ist eine gute Kraft, du darfst sie verwenden, um dich zu schützen!“ Von Mal zu Mal wurde die Kraft stärker, und schliesslich schob er mich zügig aus seinem Bereich heraus – ich hatte keine Chance gegen ihn.

Zum Schluss entlässt er noch seinen Vater: „Vielleicht habe ich dich unbewusst durch mein Leiden festgehalten. Jetzt bist du frei, deinen Frieden zu finden!“

Und er bittet ihn noch um seinen Segen.
„Lebe deine Lebendigkeit!“

Er strahlte und war sehr zufrieden.

Die Verschmelzung mit der früheren Ehefrau

Beim nächsten Termin, zwei Wochen später, sagte er: Das mit dem Vater sei für ihn erledigt. Noch nicht erledigt sei die Sache mit seiner ehemaligen Frau. Sie hat sich nach 36 Jahren der Ehe von ihm getrennt, daran sei er gesundheitlich und finanziell beinahe zerbrochen, er bekomme sie nicht aus seinem Herzen heraus. Das zweite Thema sei sein Herz, er bekomme keine Ruhe, nachts bekomme er Herzrasen bis zu 200 Schlägen pro Minute.

Ich schlug ihm vor, die Beziehung zu seiner Frau zu klären. Mithilfe eines Stuhles fanden wir schnell heraus, dass er auch mit ihr symbiotisch verschmolzen war, dass er in ihr und sie in ihm steckte. Und durch die bekannten Rituale gelang es ihm, sich aus dieser Verschmelzung zu lösen. Auch hier war es wichtig, sie aus seinem eigenen Bereich „hinauszuschieben“, da er sich nie gegen sie wehren konnte, sich alles von ihr gefallen ließ.

Der Rückfall

Beim nächsten Mal, nach drei Wochen, ging es ihm schlecht. Er komme immer wieder auf die alte Ebene zurück, was ihn selber überrasche, er fühle sich hilflos. Meist komme es

nachts, stülpe sich wie eine Glocke über ihn. Er sei verzweifelt.

Ob er nicht Medikamente bekommen könne, „Aufheller“? Außerdem könne er nicht schlafen.

Baldrian habe er versucht, es sei zu stark (!).

Ich verschreibe ihm ein Antidepressivum.

Nach einer Woche erscheint er wieder. Körperlich gehe es ihm so schlecht wie noch nie: Schwindel, Übelkeit, Aufregung. Der Kardiologe habe seine Medikamente umgestellt, da sein Puls sich zeitweilig auf 28/Min. verlangsamt habe! Das von mir verordnete Mittel habe er deshalb lieber nicht genommen. Was tun?

Die Beziehung zur Mutter

Ich schlage vor, dass wir die Beziehung zu seiner Mutter anschauen.

Er ergänzt noch, dass er sich von ihr immer bedrängt gefühlt habe, sodass er ihr lange Zeit aus dem Weg gegangen sei, bis er sie zum Schluss ein Jahr lang pflegte.

Er stellt wieder einen Stuhl auf für seine Mutter. Dann überlegt er, wo er sich hinstellen möchte. „Am liebsten würde ich mich auf den Stuhl setzen!“

„Anscheinend bist du auch mit ihr symbiotisch verschmolzen? Du bist noch blinder Passagier auf Mamas Boot, und dein eigenes Boot ist in Seenot, weil der Kapitän nicht an Bord ist!“

Das Rückgaberitual

Nach dem Trommelritual geht es darum, der Mutter symbolisch das zurückzugeben, was er für sie tragen wollte. Er zögert, es ihr zurückzugeben, glaubt, dass es ihr viel zu schwer ist!

„Mama, ich bin stark, für dich trage ich es gerne, du kannst froh sein, dass du mich hast!“ Er strahlt über das ganze Gesicht!

„Das ist das heimliche Glück hinter dem Leid, das hält dich fest am falschen Platz, im falschen Boot, hindert dich daran, Kapitän zu sein in deinem eigenen Boot! Von diesem „Glück“ müsstest du dich verabschieden! Wahrscheinlich warst du nie Kind?“

Er nickt und geht mit dem Stein auf die Knie.

„Mama, eigentlich bist du die Große und ich darf klein sein – und spielen gehen. Ich dachte immer, ich müsste für dich stark sein, damit es besser wird. Aber es ist nur schlimmer geworden. Und ich habe die Achtung verloren, für dich und für mich. Jetzt achte ich dich, indem ich deins ganz bei dir lasse!“

Jetzt kann er den Stein bei ihr lassen.

„Ja, mir geht's immer mehr so wie ihr, sie war auch alleine, geschieden, unglücklich und einsam!“

Nachdem er auch die Rückgaberituale vollzogen hat, geht es um einen weiteren Aspekt der Abgrenzung: sein Recht, sich schützen zu dürfen.

Das Recht, sich zu schützen

„Mama, früher habe ich mir alles von dir gefallen lassen, jetzt kann ich mich wehren und ich lasse mir nichts mehr gefallen, von niemandem!“

„Willst du deiner Mutter zeigen, wie du dich wehren kannst?“

Er nickt. Ich vertrete seine Mutter und dringe in seinen Bereich ein. Er stellt sich mir halbherzig entgegen, und ich schiebe ihn mühelos durch seinen Bereich, buchstäblich an die Wand.

Er ist selbst erstaunt, verblüfft. „So ist es mir immer mit Frauen gegangen. Anscheinend habe ich mich nie wirklich gewehrt!“

Beim nächsten Versuch gelingt es ihm, wenn auch mit Mühe, mich aus seinem Bereich hinauszuschieben. Er wiederholt das Ritual noch mehrmals, spürt seine Kraft und genießt sie zunehmend.

Am Schluss verabschiedet er seine Mutter, sie darf jetzt ihren Frieden finden. Er bittet sie noch um ihren Segen. „Lebe deine Kraft!“

Kommentar

Bei L. besteht eine ausgeprägte Tendenz zur symbiotischen Verschmelzung. Da er Gewalt erfahren hat, durfte er seine Aggression nicht zeigen, das wäre lebensgefährlich gewesen. Um zu überleben, war er gezwungen, seine aggressiven Impulse zu unterdrücken. Und, wie meist, richtete sich die Aggression gegen ihn selbst, in Form von Selbstschädigung – Alkohol –, Depression, Erkrankung, das Einnehmen der Opferrolle. Die Dornen, die ihn schützen könnten, darf er nicht zeigen, so wachsen sie nach innen, ins „eigene Fleisch“!

Die Systemaufstellung, mit der Möglichkeit, Stellvertreter einzubeziehen, kann auf elegante Weise dem Klienten diese bisher unbewussten Zusammenhänge deutlich machen (kognitiver Aspekt) und Lösungen aufzeigen. Die archaischen Abgrenzungs- und Abschiedsrituale, die nicht nur auf der bewussten, sondern auch auf der unbewussten Ebene wirken, erweisen sich als sehr geeignet, um auch heftige symbiotische Verschmelzungen zu lösen, die sich erfahrungsgemäss nur sehr schwer lösen lassen.

Deutlich wird die zentrale Rolle der Aggression. Bildlich gesprochen hat sie die Funktion des „Hofhundes“, der dafür sorgt, dass kein unerwünschter Eindringling den eigenen Bereich betritt. Sollte das geschehen, dann bellt der Hofhund und wenn der Eindringling nicht verschwindet, beißt er ihn ins Bein.

Das ist gut so.

Menschen mit Symbiosethema haben, bildlich gesprochen, ihren Hofhund an die Kette gelegt oder ihn in den Keller gesperrt. Dort tobt er, wenn Fremde ungestraft auf „seinen“ Hof gehen, und in seiner Wut und Verzweiflung beißt er – den eigenen Herrn ins Bein! (Autoaggression)

Der fehlende Zugang zur eigenen Aggression erklärt, warum die Betroffenen immer wieder in die Opferrolle geraten: Sie spüren nicht, wenn sie verletzt werden, können sich nicht schützen. Oder die unterdrückte Wut bricht unkontrolliert aus – der Hofhund reißt sich von der Kette los! So bleiben sie ein Leben lang mit der Täter-Opfer-Dynamik verbunden.

Die „Befreiung der Aggression“, die Erlaubnis, sich wehren zu dürfen, hat eine unglaublich tiefe Wirkung. Zunächst wird deutlich, wie sehr dieser Bereich verboten, tabuisiert war, wie groß der Widerstand ist, die eigene Kraft zuzulassen, zumal die Betroffenen selbst die Kraft der Eltern als destruktiv erlebt hatten und deshalb dazu neigen, diese Kraft abzuwerten, bei sich selbst zu unterdrücken! Das Ritual ermöglicht jedoch, in einer verdichteten Form, diese blockierte Aggression zu befreien.

Wenn es um das Symbiosethema geht, verwende ich es fast immer, besonders natürlich dann, wenn der Klient seelisch oder körperlich Gewalt oder Übergriff erlebt hat.

Wie dieses Fallbeispiel eindrücklich zeigt, lässt sich dieses Ritual auch in der Einzelarbeit anwenden.



Dr. med. Ernst R. Langlotz (65), seit 30 Jahren Psychiater in eigener Praxis. Geprägt durch Begegnungen mit Karlfried Dürckheim und Arnold Mindell, angezogen und abgestoßen durch Bert Hellinger, seit zwölf Jahren Familienaufstellen. Eine Krise in Beziehung und Gesundheit ließ mich ein eigenes, längst gelöst geglaubtes Symbiosethema wiederentdecken. Zur gleichen Zeit wurde mir klar, welche entscheidende Rolle das Familienstellen für das Bewusstmachen und Lösen der Symbiosmuster spielen kann.