

Lebensthemen und die ineinander greifenden Skripte von Familien

Ang Lee Seifert

Vortrag im Rahmen der
53. Lindauer Psychotherapiewochen 2003 (www.Lptw.de)

Im Weiteren des Tagungsthemas möchte ich Sie hier einladen, sich mit den Themen von Familien im Sinne der Skripttheorie, wie Eric Berne sie entwickelt hat, zu beschäftigen. Dazu beginne ich mit der Frage:

Was ist eigentlich eine Familie?

Mutter, Vater, Kind, Geschwister?
Nicht ganz.

Denn zu einer Familie gehören ja auch noch die Eltern der Eltern, also zwei Großmütter und zwei Großväter, sowie die Geschwister von Mutter und Vater, also Tanten und Onkel.

Wobei es dadurch schon ein wenig enger ist für das Kind, das neu in eine Familie hinein geboren wird. Weil es intuitiv rasch merkt, dass nicht nur das gilt, was die ihm Eltern sagen. Viel mehr ist das bedeutungsvoll, was den Eltern gesagt wurde. Wenn beispielsweise Mama meint: „Ich möchte, dass du dich ganz frei entfaltest“, dann jedoch schnell hinzufügt „vorausgesetzt, du liest die richtigen Bücher, bringst die richtigen Freunde heim, bist die liebe Tochter, der fleißige Sohn“, dann ahnt das Kind, dass diese Einschränkungen etwas mit den Großeltern zu tun haben müssen. Mutter und Vater meinen sicher, was sie sagen. Doch wenn sie selber es nicht durften, weil schon hinter ihren Eltern ein Familienthema wie: „in unserer Familie achtet man auf eine gute Bildung und einen standesgemäßen Umgang!“ herrschte und immer noch vermittelt wird, können sie ihren Kindern nicht die bedingungslose Erlaubnis geben, frei nach den jeweiligen individuellen Gegebenheiten zu wachsen. Dann lenken sie die Entwicklung ihres Kindes in die Richtung, die dem Bezugsrahmen der Sippe entspricht.

Wenn es um das Verständnis eines bestimmten Lebensentwurfs geht, ist es also erforderlich und hilfreich, sich bewusst zu machen, dass auch die kleinste Familie - Mutter, Vater, Kind - einem, mehr oder weniger, großen und weit verzweigten Stamm entspringt. Nicht nur entspringt - das dürfte im Grunde jedem klar sein - sondern von diesem Stamm stark beeinflusst ist und meist ein Leben lang wird.

Doch rollen wir es einmal von einem beliebigen Anfang an auf:

Es beginnt mit einem Paar

Eine Frau und ein Mann verlieben sich ineinander, sind vielleicht fasziniert von einander, und/oder sie verstehen sich gut, weil gemeinsame Interessen da sind, ähnliche Ziele sie beflügeln.

Doch schon an diesem Anfangspunkt sind die beiden Menschen nicht frei in ihren Gefühlen und in ihrer Partnerwahl. Wie der Kognitionspsychologe *David Perrett* anhand von Fotos menschlicher Gesichter herausgefunden hat, bevorzugen wir bei der Partnerwahl diejenigen Personen, die eine gewisse Ähnlichkeit mit dem jeweils gegengeschlechtlichen Elternteil aufweisen. Auch dass wir durch den Anblick unserer Eltern wissen, was attraktiv ist, stellen Biologen längst nicht mehr in Frage. Die meisten Tiere lernen in ihrer Kindheit, mit wem sie sich später paaren sollen. Nur wir Menschen meinen nach wie vor, wir trafen ganz individuelle Entscheidungen, wenn es um Partnerschaft und Familie geht.

Eric Berne, Begründer der Transaktionsanalyse hat mit seiner Skripttheorie darauf hingewiesen, dass wir zwar zu eigenen Entscheidungen durchaus in der Lage sind, aber dennoch von einer psychologischen Kraft bestimmt werden, die uns unserem Schicksal zutreibt. Den Begriff ‚Skript‘ oder ‚Drehbuch‘ definierte er kurz als *einen fortlaufenden Lebensplan, der sich unter starkem elterlichen Einfluss in der Kindheit herausgebildet hat‘ (S.48).*

Doch kehren wir zunächst zu dem Paar zurück, das sich gefunden hat und nun daran geht, eine eigene Familie zu gründen. Sie erzählen sich in ihrer Anfangszeit sicher oft, wie jeder von ihnen auf-gewachsen ist, welche Bräuche und Rituale es in ihrer Familie gegeben hat, welche Weltanschauungen und Wertmaßstäbe ihre Eltern ihnen vermittelt haben. Sie werden sie gut, richtig, schön oder nicht so gut, nicht so stimmig oder auch albern finden, doch diese Prägungen werden die beiden jungen Menschen in der Regel nicht daran hindern, zusammen zu bleiben und an Nachwuchs zu denken. Im Gegenteil, oft stellen die Beiden auch hier einige Gemeinsamkeiten und vertraute Gewohnheiten fest.

Doch meistens denken sie nicht daran, dass ein unbewusster ‚Beziehungsvertrag‘ die Grundlage ihrer Verbindung bildet. Mein Kollege *Hans Jellouschek* schreibt über diesen geheimen Vertrag in seinem Buch ‚Der Froschkönig‘: „Ich, Frosch, werde dich, Königstochter, von deiner Traurigkeit erlösen. Und dafür wirst du, Königstochter, mich, Frosch, von meinem Frosch-Sein erlösen.“ (S. 52-54). So wie innere Bilder der Elternpersonen die Partnerwahl bestimmen, lässt uns auch ein unbewusster Auftrag, der in der Regel vom gegengeschlechtlichen Elternteil übermittelt wurde, nach dem Partner Ausschau halten, der geeignet scheint, diesen Auftrag bestmöglich zu erfüllen.

Hierzu ein Beispiel:

Verlasse mich nicht!

Eine Frau, Anfang 40, kam mit allen Merkmalen einer Depression zu der starke Schuldgefühle gehörten, in eine psychotherapeutische Behandlung. Sie glaubte, ihr Leben sei im Wesentlichen vorbei, stellte sich darauf ein, nun „nur noch so irgendwie vor mich hin“ zu leben, ohne Freude und gleich gar nicht mit dem Gefühl, glücklich zu sein und ihr Leben befriedigend zu Ende zu führen. Eine Skriptanalyse ergab Folgendes:

Ihr Vater wünschte sich von seiner Tochter, sie möge ihn nie verlassen, möge sein Leben lang bei ihm bleiben. Wie kam er auf so einen Wunsch, da er doch eine ihn liebende, attraktive Frau an seiner Seite hatte?

Es stellte sich heraus, dass es schon der Wunsch seiner Mutter - also der Großmutter dieser Frau - war, stets an ihrer Seite zu bleiben. Sein Vater war ein einfacher Mann, der einen kleinen Handwerksbetrieb führte, was seiner Frau jedoch nicht gut genug war. Diese intelligente Frau hatte sich ein geistig mehr differenziertes Leben vorgestellt und erzog dann den Sohn zu ihrem Gesprächspartner. Mit ihm konnte sie ihre geistigen Interessen teilen. Dieser Junge hatte also von seiner Mutter die ‚Botschaft‘ oder ‚Skriptzuweisung‘ erhalten: ‚verlass mich nicht!‘ und gab diese dann an seine Tochter weiter.

Solche Wünsche oder Aufträge werden in der Regel nicht bewusst geäußert. Sie entstehen im inneren Kind des Erwachsenen, denn sie sind Relikte aus den ersten Lebensjahren. Das, was in der Kindheit offen geblieben ist, was nicht erfüllt wurde oder wovon es nicht genug gab, wird als Sehnsucht oder auch als ‚Schuld‘ – zum Beispiel dem Wunsch des betreffenden, gegengeschlechtlichen Elternteils nicht gerecht geworden zu sein - an die eigenen Kinder weiter gegeben.

Wenn nun der Vater sieht, dass seine Tochter bei ihm bleibt, so bedeutet das für ihn, noch rückwirkend den Auftrag seiner Mutter erfüllt zu haben. Rational gesehen mag dies unlogisch klingen, doch die Seele funktioniert nicht unbedingt nach rationalen Überlegungen.

Die junge Frau heiratete bald und bekam in rascher Folge drei Kinder, wurde jedoch nicht wirklich glücklich. Denn sie hatte ja der ‚Botschaft‘ ihres Vaters, ihn nicht zu verlassen, zuwider gehandelt. Ihr Ehemann verstand sie nicht, denn „du hast doch alles, was du brauchst“ und „dir geht es sogar viel besser als meiner Mutter, die ihr Leben lang schwer in unserer Gaststätte arbeiten musste“. So erfüllte der Ehemann die Sehnsucht seiner Mutter, nicht mehr von morgens bis abends in einem Betrieb stehen zu müssen, wenn er seiner Frau ein ruhiges Hausfrauendasein ermöglichte.

Weitere typische Lebensskripts von Frauen finden Sie übrigens in dem Buch ‚Bin ich denn verrückt?!‘, herausgegeben von Ursula Nuber.

Was wollte sie eigentlich?

Nun stellt sich hier natürlich die Frage: Was wollte diese Frau selbst eigentlich aus ihrem Leben machen? Kann das Ziel des Lebens darin bestehen, die heimlichen Sehnsüchte und Wünsche der Eltern zu erfüllen?

Diese Frage lässt sich nicht so einfach beantworten. Denn: wer ist sie selbst denn? Die Individualität eines Menschen kann nicht losgelöst von seiner Herkunft gesehen werden. Und jedes Kind stammt nicht nur von einer Familie ab, sondern von mindestens zweien.

Das heißt, in einem Menschen summieren sich Eigenschaften vieler Vorfahren, wobei wahrscheinlich die von den letzten und vorletzten - Mutter, Vater und zwei Großelternpaare - am Deutlichsten erkennbar sind.

Eigenschaften, das wissen wir aus der Evolutionslehre, entwickeln sich jedoch nicht nur aus den Erbanlagen, sondern auch aus den Erfahrungen, die der jeweilige Mensch in der Welt, die ihn umgibt, sammelt, vor allem die in der frühen Kindheit. Zu diesen Fragen gibt es aus der Verhaltensgenetik inzwischen einige interessante Arbeiten. (*Faller*)

Und dies wiederum heißt, im Individuum trifft sich das Individuelle mit dem Kollektiven. Wer kann also ganz einfach sagen, wie er oder sie selbst ist? Eine Legierung körperlich-seelischer, zum Beispiel, ostpreußisch-polnischer Sippe? Die Frage nach der Individualität und damit der Individuation, um die es in vielen Psychoanalysen geht, ist wirklich nicht leicht zu beantworten. Und doch: Jeder Mensch ist höchst individuell. Der mechanische oder genetische Fingerabdruck beweist es. Wie ist das möglich? Wie erreicht die Natur das Kunststück, aus einer Ansammlung von

unzählig vielen biologischen und geistigen Faktoren ein einmaliges Exemplar, ein ganz individuelles, menschliches Wesen sich gestalten zu lassen? Wenn wir auch nicht genau wissen, wie das möglich ist - Zoologen, Botaniker und Genetiker mögen vielleicht eine Antwort schon oder bald parat haben - können wir jedoch diese Tatsache mit großem Respekt betrachten und uns von ihr in unserer psychotherapeutischen Arbeit ermutigen lassen. Und zwar insofern, weil wir wissen: Wir können aus einem Skript, also den elterlichen Einflüssen, nicht einfach ‚aussteigen‘, wir können es nicht so mir nichts, dir nichts ‚auflösen‘, in dem wir sagen ‚vergiss alles, was deine Eltern dir gesagt und gezeigt, was sie dir vermittelt haben, was sie dich fühlen ließen, denn es hat keine Bedeutung für dich!‘

Das geht nicht, selbst wenn jemand festen Willens dazu sein sollte. Die Hirnforschung hat zudem aufgezeigt, dass die Erfahrungen der frühen Kindheit nicht verändert und schon gar nicht eliminiert werden können.

Doch es gibt eine Lösung, nicht in der Einbahnstraße eines Skripts hängen bleiben zu müssen. Wenn die Stimmen im Kopf immer wieder die gleichen elterlichen Direktiven wiederholen, dann besteht die Befreiung von ihnen darin, zu sagen: „Ja, ich werde sie erfüllen, aber auf meine Art. Weil ich weiß, dass ich trotz meiner Sippenzugehörigkeit ein Individuum mit einem unverwechselbaren Fingerabdruck bin.“ Ein gut geführter psychotherapeutischer Prozess bietet hierfür die entsprechenden ‚Not‘-Ausgänge. Gerade die Transaktionsanalyse verfügt mit den von Berne so meisterhaft entwickelten Interventionsregeln über ein sehr gutes Handwerkszeug zum Verständnis und zur Öffnung der Skript-Einengungen (*Seifert, a*).

Die großen Mythen der Welt

Genau hier liegt der entscheidende Punkt, wenn wir die Geschichte eines Menschen betrachten: Wir müssen den ‚Umschaltknopf finden, der uns erlaubt, das Eingebundensein in einen Familienverband anzunehmen und gleichzeitig die Individualität zu bejahen und letztlich aus ihr heraus zu handeln. Dass es ohne Familie nicht geht, erkennen wir daran, dass wir sie überall auf der Welt seit Tausenden von Jahren finden. Wenn wir in dem am Meisten gekauften Buch der Welt, unserer Bibel, lesen, finden wir darin - vor allem im ersten Teil - jede Menge Familiengeschichten mit ihren Verflochtenheiten, ihren Werten und Traditionen, ihren Kämpfen und Leiden, ihren Untergängen und Neubeginnen.

Oder schauen wir uns die Schöpfungsmythen der griechischen Welt an. Da taucht am Anfang aller Dinge Mutter Erde aus dem Chaos auf und zeugt ihren Sohn Uranos. Dieser zeugt später mit seiner Mutter die Kyklopen und wird von seinem Sohn Kronos entmannt. Kronos vermählt sich daraufhin mit seiner Schwester Rhea, diese gebiert Zeus, der ebenfalls seinen Vater tötet.

Mit Zeus beginnt dann eine großartige Götterfamiliengeschichte der, wie jeder Familie, ein eigenes Skript- und Lebensthema zu Grunde liegt: in diesem Fall ist es der ‚Inzest‘. So wie das Thema des Alten Testaments ‚Vertreibung‘ und ‚Heimatlosigkeit‘ heißt, lesen wir in der Familiengeschichte des griechischen Olympos immer wieder von Inzest: Zeus vermählt sich mit seiner Schwester Hera und achtet fortan nicht mehr darauf, ob er mit seinen Liebesgespielinnen verwandt ist oder nicht. Die berühmteste Inzestgeschichte aus der griechischen Mythologie hat bekanntlich Freud in seine Theorie aufgenommen und wenn man sich die ‚Familiengeschichte‘ der Psychoanalyse anschaut, dann kann man sie mit diesem Thema und insgesamt mit dem Thema ‚Sexualität‘ überschreiben.

In dem altindischen Heldenepos, dem Mahabharata beispielsweise finden wir große Familien, die gegeneinander kämpfen. In seinem berühmtesten Teil, dem ‚Hohen Lied der Tat‘, der ‚Bhagavadgita‘ stehen sich Mitglieder ein und derselben Familie auf dem Kampffeld gegenüber. Ardjuna, der Held, der den Kampf nicht führen will, wird jedoch von Gott Krishna, der als sein

Wagenlenker erscheint, darauf hingewiesen, dass er kämpfen muss, weil er genau dazu geboren wurde.

An diesen Beispielen wird klar, dass sich offenbar in jeder Gruppierung von Menschen - sei es eine genealogische Familie, ein Interessenverband, ein Volk oder ein Staat - ein Thema, gleichsam von innen heraus, entwickelt, das dann die Handlungen dieser Gruppe bestimmt. Wir finden das, wovon die Mythen erzählen, in jedem Zeitalter wieder, denn die Mythen sind nichts anderes, als die ‚erzählerische Kurzschrift‘ der inneren Dynamik eines Volkes, bzw. Gruppenverbandes (*Ranke-Graves, S. 10*).

Wenn wir davon ausgehen, finden wir auch in jeder ‚kleinen‘ Familie einen ‚Mythos‘, nach dem diese Familie ihre Ansichten, ihr Handeln und natürlich vor allem ihre Tradition, die manchmal auch wie ein Zwang wirkt, ausrichtet. Das Thema der Familie, aus der die eben erwähnte Klientin stammt, heißt ‚Einsamkeit‘, welches übrigens, gerade in den heutigen Kleinfamilien, oft zu finden ist.

C.G. Jung ging sogar noch weiter und meinte, dass jeder einzelne Mensch ‚seinen Mythos‘ finden müsse, um sein Leben zu verstehen.

Das Thema, das Eric Berne fand, war das der ‚Theaterbühne‘ und der ‚Rolle‘, die Menschen auf ihrer Lebensbühne spielen. Die Analyse des Skripts, also des Drehbuchs, das jeder Mensch auf Grund der Familieneinflüsse, denen er nach seiner Geburt ausgesetzt ist, für sich anfertigt, diese Analyse soll die Menschen dazu befähigen, ein ‚wirklicher Mensch‘ zu werden, statt immer nur die einmal einstudierte Rolle zu spielen. So heißt denn auch Bernes letztes Buch, das seine Theorie zusammenfassend darstellt: ‚Was sagen Sie, nachdem Sie guten Tag gesagt haben?‘

Was ist ein wirklicher Mensch?

Was ist ein ‚wirklicher Mensch‘? Berne schreibt:

‚Ein wirklicher Mensch lässt sich als Person definieren, die auf vernünftige und vertrauenerweckende Weise spontan handelt und dabei auch entsprechende Rücksicht auf andere Menschen nimmt. Jemand, der einer Formel folgt, ist im Grunde eine nichtwirkliche, wenn nicht gar eine unwirkliche Person. Da jedoch diese Art von Personen den Großteil der Menschen auszumachen scheinen, ist es unbedingt erforderlich, wenigstens den Versuch zu unternehmen, einiges über sie in Erfahrung zu bringen.‘ (S. 49).

Die Bühne, auf der das Bettchen der meisten Neugeborenen steht, heißt: Familie. Auf ihr lernt das Kind seine Mitspieler kennen und definiert seine eigene Rolle. Nach ungefähr vier bis fünf Jahren kennt es das Stück, in dem es, von sich aus gesehen, die Hauptrolle spielt. Zu diesem Stück gibt es natürlich ein Drehbuch, in dem für alle Gelegenheiten, die in einem Leben normalerweise vorkommen, die entsprechenden Verhaltensweisen festgelegt sind. Dieses Drehbuch oder Skript bestimmt auch die Art der Mitspieler, die nötig sind, damit das Stück in der Weise ablaufen kann, in der es konzipiert ist.

Beispiel aus einer Paartherapie:

Der Mann, Mitte 30, ist Arzt, die Frau, Anfang 30, arbeitet in leitender Position in einem sozialen Beruf, sie haben 2 Kinder.

Grund für die Paartherapie ist ein Ehekonflikt, der wegen einer Außenbeziehung des Mannes vor etwa 2 Jahren erneut aufgebrochen ist, die Ehe war schon vor dieser Außenbeziehung konfliktreich. Wie in sehr vielen Ehen fühlte die Frau sich nach den Geburten der Kinder von ihrem Mann allein gelassen, der zu dieser Zeit seine Karriere aufbaute. Die Stimmung zu Hause war also alles andere als friedvoll und entspannend, was sicher mit ein Anlass war, dass er sich in eine Kollegin verliebte,

mit der er „wunderschöne, geistreiche Gespräche“ führen konnte. Seine Frau reagierte sehr verletzt, als sie nach etwa einem Jahr von dieser Beziehung erfuhr.

Wenn wir uns die Therapiesitzungen auch als eine Bühne vorstellen, dann sieht die Szene so aus: Auf der einen Seite sitzt eine tief gekränkte Frau mit über der Brust verschränkten Armen, oft stark nach vorne geneigt, als müsse sie sich schützen. Auf der anderen Seite sitzt der Mann, auch mit über der Brust verschränkten Armen, aber mit stark zurückgelehntem Oberkörper, als weiche er einer Bedrohung aus. Beide signalisieren mit dieser Haltung: „Ich lasse dich nicht an mich heran“. Als Transaktionsanalytikerin sehe ich in den Menschen, die mir jeweils gegenüber sitzen, natürlich immer auch das Kind, das diese Menschen einst waren.

So will ich jetzt wissen, wovor die Beiden sich in ihren Elternhäusern geschützt haben und frage deshalb die Frau:

„Was wollte wohl der Vater von seiner Tochter?“

Sie antwortet: „Dass sie einerseits seinen Söhnen in nichts nachsteht, andererseits aber dem traditionellen Rollenverständnis entspricht“.

Das ist eine Pattsituation, in der das kleine Mädchen sich gefangen fühlt, ihre Haltung zeigt dies deutlich.

Ich erfahre, dass ihr Vater eine Mutter hatte, die nach außen hin angepasst die Rolle der guten Hausfrau spielte, trotzdem insgeheim ‚ihr Ding‘ machte. Das ist denn auch die Botschaft des Vaters an seine Tochter: ‚Spiele die angepasste Frau, sei trotzdem stark und leiste Außergewöhnliches.‘

Genau das hat die Frau bisher versucht. Kinder, Haushalt und Beruf selbständig und selbstverständlich zu meistern. Sie hat sich nicht gestattet, Hilfen in Anspruch zu nehmen oder einfach alles hinzuschmeißen und ihrem Mann zu sagen: „Das will und kann ich nicht! Lass uns gemeinsam nach einer Lösung suchen.“

Das kam ihr deshalb nicht in den Sinn, weil sie auf den Wunsch des Vaters ‚programmiert‘ war. Zu dieser Zeit schon wäre eine Skriptanalyse hilfreich gewesen, vielleicht hätten die Beiden sich dann nicht so weit auseinander gelebt, wie es inzwischen geschehen ist.

Wenden wir uns nun dem Ehemann zu: Was wollte seine Mutter von ihrem Sohn?

„Sie hat mich sehr geliebt und wollte von mir wiedergeliebt werden, ihren Wunsch nach Nähe stillen. Und sie wollte, dass ich ihr einen Zugang zu neuen geistigen Welten gebe, die sie allein aus Angst gescheut hat.“

Seither ist dieser kleine Junge also auf der Suche nach einer Frau, die sich zärtlich von ihm lieben lässt und der er Zugang zu neuen geistigen Welten öffnen kann. Sicher gibt es auch in seiner Ehefrau den Wunsch, zärtlich geliebt zu werden. Doch weil sie den Auftrag hat, stark zu sein und alles selbst zu machen, konnte sie sich diesem Wunsch nicht wirklich hingeben. Und wenn einmal zwei kleine Kinder zu versorgen sind, gibt es wenig bis keine Zeit für einen Zugang zu neuen geistigen Welten.

Also sucht sich der kleine Junge - unbewusst - ein weibliches Wesen, dem er das geben kann, was seine Mutter sich gewünscht hatte. Das ist ihm auch gelungen. Nur ist es nicht seine Ehefrau. Mit ihr sitzt er deshalb in der ‚Familienfalle‘. Und wie kommen die Beiden da wieder heraus? Wo finden sie eine Lösung? Berne spricht davon, dass oft bei den Großeltern ein Lösungsansatz gefunden werden kann.

Der Großvater des Ehemannes mütterlicherseits war ein äußerst gütiger, den Menschen zugewandter, Mann, der allerdings früh verstorben ist, kurz nach der Geburt seiner Tochter, der Mutter des Ehemannes. Er war als Gynäkologe sehr tüchtig und brachte es in relativ jungen Jahren zum Chefarzt. Allerdings schob er dafür eine fällige Blinddarmoperation so lange hinaus, bis es zu spät war und er an einer Sepsis starb.

Kann er trotzdem für seinen Enkel hilfreich sein? Ja, wenn dieser sich damit auseinandersetzt, ob er ebenfalls den größten Teil seiner Zeit seinem Beruf widmen, oder ob er sich nicht lieber mehr mit seinen Kindern beschäftigen will.

Er könnte also den Auftrag seiner Mutter **auf seine Weise** erfüllen, wenn er den Zugang zur geistigen Welt seinen Kindern vermitteln würde.

Vielleicht entscheidet er sich für diese, seine individuelle Variante des Auftrags und sagt seiner Mutter: ‚Du hast mich zu einem zärtlich liebenden Mann mit viel Gespür für die geistige Welt erzogen. Dafür bin ich dir dankbar und ich verwirkliche diese Eigenschaften zu Gunsten meiner Familie. Ich gebe ihnen, was ich zu geben habe.‘

Und seine Frau könnte sich dafür entscheiden, ihrem Vater zu sagen: ‚Deinen Wunsch, eine konventionelle Hausfrau zu sein, erfülle ich dahingehend, indem ich eine Fachkraft einstelle, die meinen Haushalt perfekt versorgt, so dass ich mit Freuden meinem Beruf nachgehen kann und dort leiste, was auch meine Brüder schaffen würden.‘ Das wäre dann ihre individuelle Variante, Vaters Wunsch zu erfüllen.

Kinder wollen ihre Eltern lieben

An dieser Stelle taucht vielleicht in Ihnen die Frage auf: ‚Müssen denn die elterlichen Wünsche erfüllt werden? Wäre es nicht vernünftiger und gesünder, diese, nachdem sie bewusst geworden sind, zurück zu geben und gleich zu sagen: ‚Ich lebe mein Leben auf meine Weise‘.‘

Nein, das wäre nicht vernünftiger und sicher auch nicht heilsam. Aus zweierlei Gründen:

1. Jedes Kind wird mit dem Bedürfnis geboren, seine Eltern zu lieben. Nicht nur, damit diese es auch zuverlässig versorgen. Es scheint ein Grundbedürfnis ‚lieben zu dürfen‘ im Menschen zu geben. Kinder lieben ihre Eltern, sie wollen sie lieben und sie tun dies auch dann noch oft, wenn sie von ihnen vernachlässigt, abgeschoben oder gar misshandelt werden.

Aus diesem Bedürfnis heraus wollen Kinder auch, dass es ihren Eltern gut geht, dass diese glücklich sind. Sie sind sogar bereit, sehr viel für das Glück der Eltern zu tun und machen sich oft Vorwürfe, es nicht geschafft zu haben, wenn sie sehen, dass die Eltern unglücklich sind. Oder sie fühlen sich sogar schuldig für das Unglück der Eltern.

Aus diesem Grund nützt es nichts, wenn man den inneren Kindern nahe legt, sich nicht mehr um die Aufträge der Eltern zu kümmern.

2. ist es für fast alle Menschen wichtig, ‚dazu zu gehören‘. Die eigene Familie ist natürlicherweise die erste Gemeinschaft, zu der das Kind sich zugehörig fühlt. Auch wenn der erwachsene Mensch sich später eigene Gruppierungen von Gleichgesinnten sucht, schließlich eine eigene Familie gründet, bleibt das Bedürfnis, zur Ursprungsfamilie zu gehören, meistens ein Leben lang bestehen.

Aus diesen Gründen ist es besser, daraufhin zu arbeiten, seinen Eltern mit Respekt und Zuneigung zu begegnen, als zu verlangen, sich von ihnen möglichst zu lösen - was sowieso nicht geht, da die Eltern in den Genen und frühen Prägungen in jedem Menschen präsent sind. Die Kunst ein ‚wirklicher‘ Mensch zu sein, besteht ja darin, sich seiner Rolle, die man spielt, bewusst zu werden und dann zu entscheiden, ob man diese Rolle unter gewissen Umständen bewusst aufrecht erhalten, sie für bestimmte Situationen verändern will, oder ob man das Rollenspiel ganz aufgibt und ein autonomer Mensch wird. (*Seifert, b*).

Zu diesen Überlegungen gehört auch noch ein anderer Gesichtspunkt in Bezug auf die Sippe. Familien bestehen ja nicht nur aus einer Ansammlung von ganz bestimmten Genen, die immer weiter gegeben werden, sie stellen auch ein Sammelbecken von unschätzbaren Eigenschaften dar, von Begabungen, Werten und Lebensweisheiten. Nicht von ungefähr sind wir alle immer wieder fasziniert von bedeutenden Familien, wie zum Beispiel der Familie ‚Mann‘, von der in letzter Zeit viel die Rede gewesen ist, oder von der Familie ‚Weizsäcker‘, die große Persönlichkeiten

hervorgebracht hat. Erzählungen von Familien - wie z. B. ‚Die Buddenbrooks‘, - die oft einige Generationen umfassen, erfreuen sich stets großer Beliebtheit.

Und nicht von ungefähr werden auch Berichte über die europäischen Königshäuser von entsprechenden Boulevardblättern gerne veröffentlicht, denn das Interesse sehr vieler Leser, vor allem Leserinnen, ist diesen Zeitschriften gewiss. Wahrscheinlich wird die Neugier an solchen Geschichten von der Sehnsucht gespeist, auch einer bedeutenden Familie anzugehören. Nicht, dass in so einer ‚großen‘ Familie alles gut und schön sein muss. Nein, die Sehnsucht bezieht sich schlicht auf das Dazugehören - eine/einer von denen zu sein, die darum kämpfen, mit ihrem Schicksal fertig zu werden. Sie sollen uns vormachen, wie man sich mit allen möglichen Querelen, die es realistischweise in jeder Familie gibt, auseinandersetzt und diese meistert. Oder auch nicht. Dann wollen wir damit konfrontiert werden, dass man auch einem Schicksal unterliegen und seine Unausweichlichkeit annehmen kann.

Auch wer es vielleicht als Kind und Jugendlicher schwer gehabt hat in seiner Familie, möchte doch sagen können: ‚Ich gehöre da hinein‘. Dieses Bekenntnis stellt für die meisten Menschen einen Wert dar, den sie nicht missen mögen.

Ich möchte es noch einmal betonen: wenn eine Frau und ein Mann sich ineinander verlieben und beschließen, gemeinsam zu leben, dann begegnen sich in diesem Entschluss nicht nur zwei Menschen, dann begegnen sich darin zwei Familien. Das darf man nie vergessen. Selbst wenn sich die beiden jungen Leute nicht sonderlich zu ihrer Familie hingezogen fühlen. Sie tragen dennoch das, was sie als Kinder in ihren Familien erlebten, mit sich herum - ein Leben lang.

So gesehen können die ineinander greifenden Skripts von Familien - gleichgültig, ob es sich um gute, also Gewinner-Skripts, oder um schlechte, Verlierer-Skripts handelt - sowohl Anlass für vielfältigen Konfliktstoff, aber auch eine Möglichkeit von unermesslichen Ressourcen sein. Denn im Genom eines Menschen sind sehr viele Eigenschaften seiner Vorfahren gespeichert. Es käme dann nur darauf an, diejenigen abzurufen, die das eigene Leben interessant und reich machen, die für mehr Lebensqualität sorgen. Wir sind immer frei, das aus unserem unermesslich großen Ressourcenspeicher zu holen, was dem individuellen Leben dienen kann.

Ausgleich und Gerechtigkeit

Und dann gibt es noch einen Aspekt, unter dem man die ineinander greifenden Familienskripts sehen kann und sollte. Es ist der Hinweis auf die ‚unsichtbaren Loyalitäten‘. Der Familientherapeut *Boszormenyi-Nagy* wies darauf hin, dass es oftmals unsichtbare Bindungen zwischen Familienmitgliedern geben kann, auch wenn diese nicht der gleichen Generation angehören oder sogar dann, wenn sie niemals bewusst voneinander erfahren haben. Plötzlich kann in einer Familie ein Kind auftauchen, das von seiner Art her einem anderen, vielleicht schon verstorbenen Mitglied aus der Sippe gleicht und sich - unbewusst - aufgerufen fühlt, etwas nicht Gelebtes, etwas unerfüllt Gebliebenes dieses anderen Familienmitglieds in das eigene Leben hinein zu nehmen, es zu leben, zu erfüllen und somit auszugleichen.

Denn es geht in Familienverbänden wie in allen geschlossenen Systemen immer wieder darum, ein Gleichgewicht herzustellen. Kommt es irgendwo zu einer ‚Schiefelage‘, wird sich woanders etwas konstellieren, was diese ausgleicht.

Zum Beispiel gab es in einer Familie eine ‚lasterhafte‘ Tante. Sie blieb unverheiratet, hatte jedoch viele, wechselnde Liebschaften zu verschiedenen Männern. Sie wurde in ihrer Familie geächtet. Man benutzte sie als ‚Sündenbock‘, indem man auf sie die eigenen abgelehnten und ungelebten Seiten projizierte, sie ‚Flittchen‘ nannte und ‚in die Wüste‘ schickte. Das heißt, sie wurde das ‚schwarze Schaf der Familie, über das nicht gesprochen werden durfte.

In der folgenden Generation gibt es ein junges Mädchen, das sich fest vorgenommen hat, niemals zu heiraten. Es kann auf die Frage, warum ihr das so wichtig sei, keine plausible Antwort geben, sie will es eben so.

Sie lebt ein ehrbares Leben ohne irgendwelche Affären, ist tüchtig in ihrem Beruf und gestaltet ganz selbständig ihr Leben. Eines Tages jedoch – sie weiß nicht, warum - keimt in ihr der Wunsch nach einer Partnerschaft auf. Gleichzeitig spürt sie aber auch große Angst vor einer Bindung.

In den therapeutischen Gesprächen wird sie einmal nach einem möglichen ‚schwarzen Schaf‘ in der Familie gefragt. Sie weiß nichts darüber, erfährt jedoch bei einem Gespräch von ihrer Mutter, dass es die ‚lasterhafte Tante‘ gegeben habe, der sie auch zum Verwechseln ähnlich sieht. Da wird die Aufgabe deutlich, die ihr auf irgendeine geheimnisvolle Weise in ‚die Wiege gelegt‘ wurde, diese Tante zu rehabilitieren. Indem auch sie unverheiratet bleibt, aber ein ehrbares Leben führt.

Nachdem ihr dies klar geworden ist, wird die Tante wieder in den Familienverband aufgenommen, weil ihr Gerechtigkeit widerfuhr. Plötzlich erinnern sich viele Familienmitglieder der Tante und sprechen über sie. Nicht mehr abfällig, sondern mit Verständnis.

Die ausgleichende Gerechtigkeit hat das Gleichgewicht in dieser Familie wiederhergestellt und die Frau kann nun ohne Ängste in eine Partnerschaft einwilligen - sie hat ihren Auftrag erfüllt.

In Verbindung mit den Ahnen

An diesem Beispiel ist sehr gut zu erkennen, wie viel Macht in Familien verborgen ist - auch wenn sie von den einzelnen Familienmitgliedern nicht direkt wahrgenommen wird. Die unbewussten Loyalitäten können einerseits hinderlich auf dem eigenen Lebensweg sein, sie können aber auch im Einzelnen Kräfte freisetzen und zu Höchstleistungen beitragen.

Beispielsweise geriet ein junger Manager in eine schwierige Phase, die sein Unternehmen gerade durchzustehen hatte. Er fühlte sich der Verantwortung, die auf ihm lastete, nicht gewachsen. In einem Coaching-Gespräch erwähnte er - mehr nebenbei - seinen Großvater. Auf Nachfragen stellte sich heraus, dass dieser Großvater ein begnadeter Geschäftsmann gewesen ist, der seinen Betrieb zu einem großen Unternehmen geführt hatte. Von da an holte sich der junge Manager in inneren Zwiegesprächen mit dem Großvater - der schon lange gestorben war - immer dann einen Rat, wenn er selbst nicht weiter wusste. Mit dieser inneren Hilfe schaffte er es in relativ kurzer Zeit sein Unternehmen aus der Krise zu führen. Sich innerlich den Ahnen zuzuwenden, sich mit ihnen in Verbindung und Beziehung zu setzen, kann eine wichtige Hilfe sein, die Ressourcen anzuzapfen, über die wir in der Psyche verfügen. (*Seifert, Seifert, Schmidt*).

Die Familie als Kulturträgerin

Wir sollten vor allem dann daran denken, dass viel Kraft in Familien steckt, wenn wir als Therapeuten und Therapeutinnen meinen, einem Menschen den Weg aus der Abhängigkeit von der Familie zeigen zu müssen. Hier lauert nämlich eine Gefahr, die wir manches Mal übersehen.

Wenn sich jemand radikal von seinen Wurzeln abschneidet - falls das überhaupt möglich ist - kann er oder sie dadurch auch wichtige Orientierungshilfen verlieren.

Denn wir dürfen nicht vergessen, dass die Familie durch Jahrtausende hindurch **die** Kulturträgerin war und ist. Nicht nur die Familien, die bedeutende Persönlichkeiten hervor gebracht haben, sind maßgeblich an der kulturellen Entwicklung beteiligt, sondern auch die Familien, die schlicht und einfach nach hoch stehenden Werten leben. Wenn ich Klientinnen und Klienten nach ‚goldenen Lebensregeln‘ der Herkunftsfamilie frage, dann erhalte ich z.B. folgende Antworten:

- Glaube an dich!
- Lebe so, dass du abends im Spiegel dir selbst in die Augen schauen kannst.
- Was du nicht willst, das man dir tu, das füg‘ auch keinem anderen zu.

- Das Leben ist ein Kampf, aber wir machen das Beste daraus.
- Lebe nicht über deine Verhältnisse.
- Sei immer hilfsbereit und sittsam.
- Jeder muss im Leben seine Ziele selbst erreichen und für sich gerade stehen.

In den Poesiealben, die ich einst mit meinen Schulkameradinnen austauschte, standen so schöne Verse geschrieben, wie

‚Wenn du stets Freude im Herzen hast, wird dir die Hütte zum Palast‘, oder
 ‚Aus Nichts wird nichts, das merke wohl, wenn aus dir etwas werden soll.‘

Bei aller Kritik, die man also an Elternhäusern und ihrem Mix aus zwei, manchmal doch recht gegensätzlich denkenden Familien haben kann, sollten wir nicht vergessen, dass hier auch Werte geschaffen wurden und weiter werden, ohne die ein doch so relativ friedliches Miteinanderleben vieler Menschen undenkbar wäre.

Schauen wir uns dazu noch einmal die großen Mythen an:

Zwar war das Thema des griechischen Familiengötterhimmels ‚Inzest‘, doch was daraus hervor ging, ist die ‚Gerechtigkeit‘. In keinem anderen Mythos wird so viel über Gerechtigkeit gesprochen, wie im griechischen. Und das Volk der Vertriebenen und Heimatlosen entwickelte eine starke Gesetzes-religion, nach der noch heute unser Strafgesetzbuch ausgerichtet ist. Es brachte darüber hinaus auch die Religion des Erbarmens, der Gnade, das Christentum hervor.

Und im Land der Familienkämpfer, in Indien, entstand die Religion der Gewaltlosigkeit und des unendlichen Mitgefühls, der Buddhismus.

Fragen wir also unsere Klientinnen und Klienten nach dem Thema ihrer Familie und schauen wir uns die verschiedenen Aspekte dieses Themas genau an. Es kann nämlich nicht darum gehen, das jeweilige Familienskript, nach dem sich das Kind sein eigenes Drehbuch ‚schreibt‘, zu verlassen. Viel sinnvoller ist es, die verborgenen Ressourcen des großen Familienverbandes aufzuspüren und diese in das heutige Leben hinein zu schleusen, um so aus einem ‚Skriptzwang‘ ein erfülltes Leben zu gestalten.

‚Catch me, if you can‘

Statt einer Zusammenfassung erzähle ich Ihnen nun zum Schluss noch eine besondere und wahre Familien-Geschichte:

Frank Abagnale ist der geliebte Sohn einer bezaubernden Französin und eines stattlichen Amerikaners. Die Familie lebt in einem hübschen Häuschen am Rande New Yorks. Sie sind sehr glücklich miteinander.

Von der Mutter hat der kleine Frank die Botschaft erhalten: „Du bist etwas Besonderes!“ Denn sie ist Französin in Amerika. Außerdem ist sie schön und charmant und vermittelt damit ihrem einzigen Sohn, dass man es im Leben zu etwas bringt, wenn man diese Eigenschaften kultiviert.

Wie in der Berneschen Skriptmatrix beschrieben, erwartet diese Mutter von ihrem Sohn etwas Besonderes, sie geht davon aus, dass er so schön und charmant wie sie ist.

Der Vater liefert das Programm dazu, indem er dem Sohn zeigt, wie man Eindruck auf Menschen macht und somit etwas Besonderes wird. Frank Abagnale senior bringt es auch zum Ehrenmitglied auf Lebenszeit bei den Rotariern und erzählt bei dieser ‚Einweihungsfeier‘ eine kleine Geschichte, die sein Leben symbolisiert:

‚Zwei Mäuse fallen in einen Sahnetopf. Die erste gibt auf und ertrinkt. Die zweite strampelt so lange, bis die Sahne zu Butter geworden ist und steigt aus dem Topf.‘ Genau diese Einstellung vermittelt er seinem Sohn.

Man sieht Frank Abagnale senior nur im korrekten Nadelstreifenanzug, natürlich mit passender Weste dazu. Damit will er verbergen, dass er eigentlich ein Verlierer ist, denn sein Geschäft geht schlecht und die Finanzbehörde hängt ihm wegen Steuerhinterziehung an den Fersen.

Die Familie muss schließlich das hübsche Häuschen im Vorort verlassen, weil der Vater die Kosten nicht mehr aufbringen kann, und zieht in eine enge Wohnung, die in einem schäbigen Viertel der Stadt liegt. Außerdem muss auch noch das Auto verkauft werden.

Die schöne, charmante Französin mag in solchen Verhältnissen nicht leben, sie lässt sich scheiden. Für den 16-jährigen Frank ist dies ein Schock, denn bis dahin hat er seine Eltern als glückliches Paar erlebt. Er weiß nicht, bei welchem Elternteil er leben will und läuft von zu Hause weg, obwohl er nichts besitzt, als ein Scheckbuch, das der Vater ihm zum Geburtstag geschenkt hatte. Auf dem Konto befinden sich aber lediglich 25 Dollar. Da der Junge von irgendetwas leben muss, beginnt er die Schecks zu fälschen. Und da er von seinem Vater gelernt hat, wie man Eindruck auf die Leute machen kann, beschafft er sich trickreich eine Pilotenuniform, in der sich ihm die Türen der großen Welt wie selbstverständlich und leicht öffnen. Denn die Anweisung seiner Mutter ‚schön und charmant‘ zu sein, ist von ihm nicht gespielt, sie ist seine ihm eigene Art geworden.

Er hat also von seinen Eltern ein ‚Kapital‘ erhalten, das ihm ermöglicht, intelligent und äußerst kreativ zunächst als Ko-Pilot der PanAm um die Welt zu reisen, dann als Kinderarzt mit einem angeblichen Harvard-Abschluss und schließlich als Jurist, der in Berkeley studiert hat, aufzutreten und entsprechend bei den Menschen anzukommen. Außerdem findet er Methoden Schecks so zu fälschen, dass die Beamten des FBI, die natürlich hinter ihm her sind, stets zu spät kommen und ihn nicht zu fassen kriegen.

Doch einer der FBI-Beamten, Carl Handratty, hat es sich zur persönlichen Aufgabe gemacht, Frank doch noch zu schnappen. Drei Jahre ist er hinter ihm her. In dieser Zeit entwickelt sich eine eigenartige Beziehung zwischen den beiden.

Denn Frank ist kein egoistischer Betrüger, er ist ein Sohn, der verzweifelt versucht, die Lage seines Vaters zu verbessern. „Ich hole uns alles wieder zurück“, schreibt er dem Vater. Er hofft damit inbrünstig, die Eltern wieder zueinander führen zu können. In vielen Briefen berichtet er dem Vater von seinen angeblichen Erfolgen – „jetzt hat die PanAm mich als Copiloten eingestellt“ - „jetzt bin ich Anwalt und werde bald heiraten“ - wohl in dem Versuch, den Vater zu rehabilitieren. Denn er liebt ihn und möchte die Bewunderung, die er dem Vater entgegengebracht hat, nun vom Vater auf sich selbst gerichtet sehen.

Carl Handratty, der FBI-Beamte, scheint dies zu spüren. Und so kann Frank sich eines Tages doch von ihm fangen lassen. Weil er schließlich Sehnsucht danach hat, wieder in Ruhe leben zu können. Zwar nicht gleich endgültig, sein Fluchttrieb ist noch stärker, doch als er erfährt, dass sein Vater gestorben ist und sieht, dass seine Mutter einen anderen Mann geheiratet hat, gibt er endgültig auf und lässt sich von Carl in Gewahrsam nehmen.

Er wird zu zwölf Jahren Gefängnis verurteilt, denn er hatte den Staat um vier Millionen Dollar betrogen. Und dies im Alter zwischen 16 und 19 Jahren.

Carl Handratty jedoch gibt die Beziehung zu Frank nicht auf, besucht ihn im Gefängnis. Nachdem sich herausgestellt hat, dass Frank als ‚Profi‘ ihm, Carl, wichtige Hinweise zum Fassen anderer Scheckbetrüger geben kann, wird Frank vorzeitig aus dem Gefängnis entlassen und dem FBI unter Obhut gestellt. Dort arbeitet er unter Carls Aufsicht in einem eigenen Büro im Betrugsdezernat. Er wird der erfolgreichste Mann dort, entwickelt schließlich den betrugssicheren Scheck, verdient nun ehrbare Millionen, heiratet und hat dann selbst drei Söhne.

Man könnte meinen, Steven Spielberg, der diese Lebensgeschichte zu einem Film mit dem Titel ‚Catch me, if you can‘, verarbeitet hat, sei Transaktionsanalytiker. Denn er hat in diesem Drehbuch die Regeln einer Lebensgeschichte so genau erfasst und klar dargestellt, wie Berne seine Skripttheorie entwickelt hat.

Das Thema dieses Lebens heißt übrigens ‚Jagd‘, es ist gewissermaßen ein archetypisches Thema, denn Jäger und Gejagte gibt es von Menschheitsbeginn an. Die Frage ist immer nur: auf welcher Seite steht wer?

So einen ‚Jagdruf‘ können wir, wenn wir wissend und genau hinschauen, oft auch von unseren Klientinnen und Klienten vernehmen. Sie wollen, wie Frank, nicht mehr die Gejagten in ihrem Skript sein. Sie können sich aber auch nicht gleich fangen lassen, denn sie meinen, unbedingt aus ihrem Skript flüchten zu müssen. Wenn wir nicht aufpassen, laden sie uns auch skript-zwangsmäßig regelrecht ein, sie weiter zu jagen.

Doch wenn wir wissen, dass die Lösung darin liegt, im jeweiligen Lebensthema die entsprechenden Ressourcen, also Begabungen und Fähigkeiten zu entdecken und offen zu legen, damit diese für ein Leben in Freiheit in Anspruch genommen werden können, willigen die Gejagten schließlich ein und bitten: ‚Catch me!‘

Und ich wünsche Ihnen dann, ‚that you can!‘

Literatur

Berne, E. (1995): Was sagen Sie, nachdem Sie ‚Guten Tag‘ gesagt haben? Fischer, Frankfurt

Boszormenyi-Nagy I. & Spark, G.M. (1981): Unsichtbare Bindungen: die Dynamik familiärer Systeme. Klett-Cotta, Stuttgart

Faller, H. (2003): Verhaltensgenetik. Was bringt die Genetik für das Verständnis der Entwicklung von Persönlichkeitseigenschaft und psychischen Störungen? In: Z. Psychotherapeut, 2

Jaffe, A. (1987): Erinnerungen, Träume, Gedanken von C.G. Jung. Walter, Olten

Jellouschek, H. (2001): Der Forschkönig: Ich liebe dich, weil ich dich brauche. Kreuz, Stuttgart

Nuber, U. (Hg.) (1994): Bin ich denn verrückt? Was Psychotherapie für Frauen leistet – und was nicht. Kreuz, Stuttgart

Perrett, D. (2002): Papi ist der Schönste! In: Z. Gehirn und Geist, 4/2002, S. 16 – 18.

Ranke-Graves, R. (1984): Griechische Mythologie. Rowohlt, Reinbek, 1984.

Seifert, A. (2002a): In Beziehung sein. ‚Power-Snacks‘ zur optimalen Gesprächsführung. Pfeiffer bei Klett-Cotta, Stuttgart

Seifert, A. (2002b): Jetzt pack ich’s an! Wie Sie Ihr Lebens-Skript entdecken, umschreiben und glücklich werden. Taschenbuch, dtv, München

Seifert, A., Seifert, Th., Schmidt, P. (2003): Der Energie der Seele folgen. Gelassen und frei durch Aktive Imagination. Walter bei Patmos, Düsseldorf

Ang Lee Seifert
Psychotherapeutische Praxis
Mörikestrasse 54
71299 Wimsheim