

# Zum Umgang mit Tabus und Geheimnissen in der systemischen Therapie und Familienrekonstruktion

Michael Grabbe

## Zusammenfassung

*„Offen zu sein“ wird in unserer Gesellschaft allgemein und auch in der Therapeut-Klientbeziehung meist positiv bewertet. Der Aufdeckung von Geheimnissen und Tabus werden zumeist Heilungsqualitäten zugeschrieben. Geheimnisse sind jedoch auch für die Identitätsbildung von Individuen, Familien und auch anderen Systemen wichtig und somit schützenswert. Dem Autor geht es in diesem Beitrag um eine differenzierte Sicht- und Handlungsweise in der therapeutischen Arbeit: er möchte zum „Durchlüften von Geheimnissen“ anregen.*

## 1. Eröffnung

Wir leben in einer Zeit und einer Gesellschaft, wo schonungslose Offenheit propagiert wird. War Prinzessin Diana nun in der 6. Woche schwanger? Was waren genau die Worte, die Prinz Charles zu Camilla gesagt hat? In Talkshows drängeln sich Gäste, um zu „schreinemakern“, d. h. intimes Verhalten und tiefste Empfindungen einem unbekanntem Publikum zu offenbaren. Die Öffentlichkeit meint, eingeheizt durch die Medien, ein Recht auf Offenheit und Information zu haben. Das Zurschaustellen dient dabei sicher nicht nur dem Medienprofit oder der Befriedigung und möglichen Entlastung des Publikums, sondern lenkt auch von bedeutsameren Geheimnissen z. B. in der Politik und der Wirtschaft ab. Information ist selektiv und nützt ausgewählten Interessen. Dem Publikum wird die Illusion verkauft, es sei mächtig und habe Zugriff auf Verborgenes und auch ein Recht darauf. Ist es befriedigt oder gesättigt, fragt es nicht mehr an anderer unbequemer Stelle. Das Thema „Geheimnisse“ ist jedoch voller Doppelbödigkeit. Auch wenn Euthanasieprogramme der Vergangenheit angehören, werden Psychiatriepatienten auch in jüngerer Vergangenheit noch von der Öffentlichkeit verborgen und isoliert. Die Friseurkosten einer Bundestagsabgeordneten werden als relevanter gehandelt als Waffengeschäfte mit Regierungsbeteiligung. Wie ist es möglich, daß Kinderschänder in Belgien jahrelang ihr Unwesen treiben und möglicherweise von höherer Stelle gedeckt werden? Überhaupt gilt wohl, daß das, was verboten ist, weil verwerflich, auch seinen Reiz (und sein Geschäft) hat und auch ausgelebt wird. Eine Beteiligung daran wird dann oft verleugnet und geheimgehalten.

Mich interessiert an dieser Stelle nun nicht so sehr die Moral der Doppelbödigkeit, die mit den geheimgehaltenen Themen, Handlungen und Gefühlen verbunden ist, sondern eher der Umgang mit Geheimnissen und Tabus in der therapeutischen Praxis, wo wir häufig mit Geheimnissen konfrontiert werden und in schwierige Situationen geraten.

Denn auch im Therapiebereich wird „Offenheit“ als ein hoher Wert angesehen. Bedanken wir uns nicht bei Klienten dafür, wie mutig und offen sie waren, und nehmen es als Beweis für unsere Bedeutsamkeit und Vertrauenswürdigkeit? Seltener danken wir dem Klienten, der „mauert“, daß er zeigt, wie wichtig der Schutz der Privatsphäre ist, und erkennen an, wie mutig er war, Grenzen zu ziehen.

## 2. Geheimnisse - Achtung oder Aufdeckung. Ehrlichkeit um jeden Preis?

Der Aufdeckung von Geheimnissen und deren rechter Platzierung im Familiensystem wird eingeschränkt oder auch uneingeschränkt Heilungsqualitäten zugeschrieben, ungeachtet dessen, ob es sich um Abtreibungen, frühere Geliebte, Erbstreitigkeiten, Suizid, Psychiatrie, Mißbrauch oder gar Mord handelt. Es ist richtig: Geheimnisse können belastend sein und Entwicklungen von Systemen blockieren, krank machen. Sie können irritieren und verwirren. Kinder zweifeln eher an sich als an den Erwachsenen und nehmen diese Verstörung mit ins eigene Erwachsenenleben. Die „Wahrheit“ (oder was immer man dafür hält) zu verbergen, kostet oft erhebliche Anspannungen und Energie. Die Entdeckungsfahr macht Angst und Druck. Abwehr und Verleugnung ranken sich um das Geheimnis. Mitwisserschaft bedeutet ständige Angst, zum Verräter zu werden. Die damit verbundenen Sorgen können nicht geteilt werden. Unausgesprochene Regeln (1. Ordnung) entstehen, die das unantastbare Geheimnis schützen sollen, und können sich verselbständigen, womit Metaregeln (2. Ordnung) tangiert werden, das Geheimnis wird zum Tabu, und es können Mythen entstehen, die von dem ursprünglichen Geschehen und Themen ablenken, bis dahin, daß das Wissen verlorengeht und keine Gefühle außer Angst mehr gespürt werden.

*Beispiel: Eine junge Frau kommt im Rahmen einer Rekonstruktion an heftigste Gefühle, die immer mit der Angst verbunden sind, verrückt zu werden, ja vielleicht schon längst verrückt zu sein. Unter großen Schmerzen offenbart sie schließlich, daß eine Großtante von ihr im Dritten Reich im „Euthanasieprogramm“ als „Geisteskranke“ getötet worden war. Sie hatte, so wird im Verlaufe der Familienrekonstruktion deutlich, ihren Vater, der sie jahrelang mißbraucht hatte, erschlagen und war von der Familie als „krank“ bezeichnet und abgeschoben worden. Dieses „Familientrauma“ wurde immer nur ansatzweise und verschlüsselt vermittelt, jede Abweichung, ja auch jedes über ein gewisses Maß hinausgehende Zeichen von vor allem weiblicher Lebendigkeit wurde in der Familie mit großer Angst wahrgenommen. Für die Perspektive des Kindes vermittelten sich hier nur atmosphärisch äußerst bedrohliche Gefühle: wenn ich mich bewege, trotzig bin, Wutanfälle bekomme usw., dann passiert etwas ganz Entsetzliches, aber ich weiß nicht was. Für sie war es eine Erlösung, dieses Geheimnis, dessen Konturen sie erst im Erwachsenenleben (und in der Vorbereitung auf die Reko) scharf zu erkennen begonnen hatte, der Gruppe mitzuteilen und sich im therapeutischen Prozeß von seinen Schatten zu befreien.*

*Beispiel: Ein Ehemann lernt bei einer Fortbildungsveranstaltung eine attraktive Kollegin kennen. Man verabredet sich zu einem weiteren Kongreß, vernügt sich dort, der Kongreß ansonsten ist von untergeordneter Bedeutung. Zuhause gilt die Parole: Fortbildungsveranstaltungen sind für das berufliche Fortkommen unerlässlich, Vater muß oft zu Fortbildungsveranstaltungen, sonst verliert er seinen Job. Selbstverständlich. Oder um im Klischee zu bleiben, ein anderes Beispiel: Frauen*

*brauchen nichts für sich, sie sind genügsam und immer da, bis an die Belastungsgrenze, die fällige Kur dient nur zur Wiederherstellung und Reparatur. Aber alle 5 Jahre - die Kurschatten waren ein dunkles Geheimnis.*

Eine in diesen beiden letzten, sicherlich mehr harmlosen Beispielen gegebene Chance, die eheliche Beziehungen neu zu definieren, wurde vertan. Die Kinder „erben“ möglicherweise entsprechende Männer- und Frauenbilder.

Im ersten Beispiel wurde die Öffnung des Geheimnisses befreiend erlebt. Doch: Wie ist das mit der „Ehrlichkeit“? Ehrlichkeit um jeden Preis? Ehrlichkeit z. B. bei „Seitensprüngen“? Bei Bill Clinton ist das sicherlich noch ein besonderes Thema, ob er was (und wenn ja, was denn genau) mit Monica Lewinsky hatte. Hier scheint zusätzlich der Aspekt relevant, ob ein Präsident ein Privatmensch sein darf und eine derartige Geschichte somit eine Angelegenheit von Frau und Herrn Clinton ist oder ob eine ggf. mit einem Lügendetektor herausgefundene Wahrheit für die Weltöffentlichkeit auch mit der Glaubwürdigkeit in der Großpolitik korreliert. Ehrlichkeit ist ein zentraler Aspekt für die Nähe von Beziehungen. Hier sind Partner sehr verletztlich. „Keine Geheimnisse voreinander zu haben“ wird oft als Ausdruck einer guten Beziehung verstanden. Daraus jedoch eine starre Regel zu machen, bei Nichtbefolgung moralisierend sich zu entrüsten und starr zu reagieren, kann gerade das fördern, was die Regel eigentlich verhindern soll, nämlich eine Gefährdung und Auflösung der Beziehung, statt Schutz der Grenzen.

Forderungen nach permanenter Selbstentblößung können auch Individualitätsgrenzen verwischen. Dann können die Gefühle, die man gegenüber dem auf Offenheit drängenden Partner in der Gegenwart erlebt, allzu schnell denen ähneln, die man früher gegenüber dem autoritären Vater oder der Mutter empfand, und es wird aus der Kindposition heraus brav mitgeteilt oder aus Trotzgefühlen eben gerade nicht. Auch kann der sich mit Schuldgefühlen herumplagende Partner auf Entlastung durch seine Offenbarung hoffen und damit auf Absolution, statt sich der Verantwortung zu stellen, die darin liegen könnte, ein Geheimnis allein zu tragen. Ich will hier nicht der Heimlichtuerei, dem „das geht dich gar nichts an“ das Wort reden, sondern zu unterschiedlichen Perspektiven anregen, die einen flexiblen, differenzierten Umgang mit Geheimnissen ermöglichen können. Frühgetroffene Kontrakte und Absprachen vermögen die zur Stabilität von Beziehungen wichtigen Grundlagen bieten. Die grundsätzliche Bereitschaft, Regeln auch beizeiten in Frage zu stellen und zu verändern, sich bereit zu erklären, ggf. auch gemeinsam durch chaotische Phasen zu gehen, mag helfen, die Beziehung lebendig zu gestalten und Neudefinitionen zu ermöglichen.

Behält man ein beschämendes Geheimnis (ganz oder eine zeitlang) für sich, dann kann eine eigene innere Auseinandersetzung erfolgen, die der Identitätsbildung, der Verantwortungsübernahme und Emanzipation förderlich sein kann. Wenn z.B. kindliche Geheimnisse sehr schnell offengemacht werden, entweder von ihnen selbst oder von Eltern entlarvt, dann könnte diese Entwicklungschance vertan werden. Sie sind dann schnell den Bewertungen

anderer, v.a. der Eltern, ausgesetzt, übernehmen diese, da Fremdbewertungen in der Regel von Kindern höher eingestuft werden als die Selbstbewertung. Wenn Eltern die Tagebücher ihrer Kinder lesen oder wenn Jugendliche den Eltern über ihre sexuellen Erlebnisse Auskunft geben (sollen), mag dieses wohl eher dem Wohl der Eltern dienen (Kontrollbedürfnis, Machtanspruch mit Rechenschaftspflicht, eigene Sorge und Ängste) als dem Wohl der Kinder, für die die Entwicklung eines Schamgefühls, einer Intimsphäre und eigener Grenzen identitätsfördernd ist.

### 3. Funktion von Geheimnissen

Über Geheimnisse definieren sich Subsysteme: wer weiß davon, wer nicht? Wer ist einbezogen, wer ist draußen? Sie sind somit doppelgesichtig: Zum einen können sie die Grenzen des Individuums, eines Paares, der Familie bzw. von Systemen markieren und schützen in ihren grundlegenden Rechten, z.B. der Privatsphäre. Geheimnisse können Bewußtsein und Freiheit fördern und somit das Leben bereichern. Eheliche Geheimnisse gehen die Kinder nichts an, geschwisterliche Geheimnisse mögen die Eltern nichts angehen. Sie können Solidarität und Vertrauen fördern, über diesbezügliche Kommunikation Gemeinsamkeiten aufbauen und Nähe stiften - in Abgrenzung zu anderen.

Doch es zeigen sich auch andere systemische Seiten der „Medaille“: Ranken sich um Geheimnisse Lügen, Heuchelei, Täuschungen und Abwehr, werden Kinder über Geheimnisse trianguliert, dann können sie in Loyalitätskonflikte (auch unter Geschwistern) geraten, sie verlieren Vertrauen, Sicherheit und Orientierung. Dann sind Geheimnisse belastend, blockieren Entwicklungen, auch über Generationen, können zu Symptombildung führen. Wissen, das nicht mitgeteilt werden darf, heilt dann nicht, sondern kann (mit-) schuldig und krank machen.

*Dieses gilt für „dunkle“ Geheimnisse (eine umfangreiche Auflistung mit unterschiedlichen Schwere-Graden s.: Bradshaw 1995) wie: Mißbrauch von Macht; Ausgrenzungen von Familienmitgliedern; mit krankmachender Scham verbundenes Verhalten („Sünde“); Rechtsverletzungen wegen Herkunft, Religion; mit Tod verbundene Geheimnisse (Tötungen, Selbsttötung; generationsüberschreitende Bindungen, chronische Triangulationen)*

*Wie gewichtig Geheimnisse gesehen werden, hängt sicher sehr vom (ideologischen) Standpunkt des Betrachters ab. Deutlich vielleicht bei Geheimnissen, die die Geburt und Herkunft berühren (Pflegeelternschaft, Adoption, Nichtehelichkeit usw.) oder z.B. das Wissen um eine tödliche Krankheit.*

*Moralische, gesellschaftliche Bewertungen ändern sich im Laufe der Zeit, wie z.B. bei Arbeitslosigkeit, Armut, geistiger Behinderung, Psychiatrieaufenthalt, Abtreibungen, Kinderlosigkeit, Homosexualität, Alkoholismus („Anonyme Alkoholiker“), Gewalt (z.B. in der Ehe), Suizid usw.*

Geheimnisse können Abhängigkeiten und Bindungen bewirken. Eine eventuelle Mitwisserschaft kann belastend, ja erstickend sein.

*Beispiel: Ein Mann ruft in unserer Lehrpraxis an und bittet um einen Paartherapietermin: „Nur daß Sie wissen, worum es geht: ich glaube, meine Frau ist drogensüchtig. Sie bestreitet das, aber Sie sollen es wissen. Sie brauchen es ihr ja nicht zu erzählen.“ (Ist mir gerade letzte Woche passiert)*

Es gibt eine bestimmte Dynamik, die dieser Art von Abhängigkeit unterliegt. Würde man in aller Konsequenz sagen, was man denkt, wahrnimmt, weiß, dann könnte das dazu führen, nicht mehr gemocht, ja abgelehnt, isoliert oder gar ausgegrenzt zu werden. Ist man ganz allein, dann muß man sterben - zumindest in der Katastrophenphantasie. Besser scheint dann, Wissen, Meinung und Gedanken geheim zu halten, kein Risiko einzugehen und sich beliebt zu machen. Abhängigkeit und Lähmung können der Preis sein.

*Etwas wenn man in dem Beispiel nicht das sagt, was erforderlich ist: „Bitte hören Sie auf, mir das jetzt zu erzählen. Sie müssen mit Ihrer Frau darüber sprechen, wenn Sie mit uns arbeiten wollen, denn ich werde nicht mit Ihnen arbeiten, wenn ich mit Ihnen ein Geheimnis teile!“*

Kleine Kinder haben oft noch die Fähigkeit, Tabus anzusprechen, bringen Erwachsene zu befreiendem Lachen oder zu Peinlichkeit, Verlegenheit und Empörung. „Kindermund tut Wahrheit kund“. erinnert sei auch an des „Kaisers neue Kleider“.

Geheimnisse sind oft ein Versuch, den Selbstwert zu schützen bzw. zu retten (individuell/ der Familie/ des Systems) und zu versuchen, sich selbst oder anderen etwas vorzumachen - eine Lösung, die gefunden wurde, weil offenbar keine andere zur Verfügung stand. Dahinter steckt oft die Angst vor Zurückweisung und Ausgrenzung.

*Ein Klient berichtet, er gehe oft ins Bordell. Eigentlich halte er sich für einen sexuellen Versager und unattraktiv. Er habe keine feste Beziehung, schaffe es immer wieder, daß es nicht klappe. Im Bordell könne er leichter glauben, daß er begehrenswert sei. Er wisse, daß es eine Scheinwelt sei, aber seinem Selbstwert gehe es einfach besser.*

*Ein anderer Mann berichtet, er sei beruflich eine Niete. Andere in seinem Alter hätten es finanziell weiter gebracht. Er spiele heimlich um Geld, wette bei Pferderennen. Wenn er verliere, habe er eben Pech gehabt, es sei ja auch Glücksache. Gewinne er aber, dann sei er obenauf und führe es auf sein Geschick und seine Erfahrung zurück.*

Was bedeutet dieses für Therapeuten? Es kann weder darum gehen, ein Geheimnis auf jeden Fall zu lüften. Doch genausowenig ist es angebracht, es im Verborgenen zu lassen und damit vielleicht eine therapeutische Chance zu verpassen.

### 4. Geheimnisse können „durchlüftet“ werden

Ich möchte anregen, Geheimnisse durchzulüften. Sie behutsam ans Licht zu holen (privat oder mit therapeutischer Unterstützung), frische zeitgemäße Luft daran zu lassen und neu zu entscheiden, ob sie noch tauglich sind, überhaupt noch Bedeutung haben. Das Risiko kann eine Ernüchterung sein, der Schatz stellt sich als vergänglich heraus, die befürchtete Katastrophe als simpel oder banal. Man kann sich entscheiden, sie behutsam zurückzulegen, zu schützen und zu ehren.

*Dazu folgende Geschichte. Ich hatte mir bei einer Reise durch Afghanistan einen bodenlangen Wolfsmantel zugelegt und diesen in eine Metalltruhe gelegt und ihn bewahrt wie einen Schatz. Ich fand ihn sehr schick. Niemand sollte ihn sehen (und klauen). Ich wohnte anschließend in Indien, dort konnte ich ihn wegen des Klimas nicht tragen. Er war fast ein Jahr in dieser Kiste, ich habe ihn nie herausgenommen, da ich befürchtete, wenn ihn jemand sehe, sei er auch gleich weg. Ich brauchte ihn ja auch nicht. Als ich ihn dann bei der Abreise aus Indien auspackte, zerfiel mir der Mantel in vielen Flocken - von Motten zerfressen. Vom Mantel hatte ich nichts mehr - und auch die Kiste hätte ich gut anderweitig verwenden können.*

Geheimnisse „durchzulüften“ erlaubt, daß es über den Weg der Konfrontation eine neue Auseinandersetzung und Bewertung geben kann. In der therapeutischen Praxis erleben wir oft Symptome oder Verhaltensweisen als symbolisch und vielschichtig. Die Wiederholung von Mustern, die z. B. Kinder über intensiven zwanghaften Umgang mit Themen (wie etwa Tod, Aggression oder bestimmte rituelle Handlungen) oder über sonstige Symptome in der Familie beleben, können eine Chance sein, die zu Wachstum und neuer Identität führen kann. In Symptomen sind oft verschiedene Aspekte enthalten: der Versuch, Geheimnisse zu schützen, zu wahren und zu verbergen und damit deren Berechtigung anzuerkennen, aber auch Verbotenes zu leben, Grenzen zu übertreten und auf „Durchlüftungswürdiges“ hinzuweisen.

Man kann sich offenbar kaum darauf vorbereiten, Tabus anzusprechen (sonst wären sie ja vielleicht nicht so tabu). Auch können wir nicht darauf warten, bis es angesprochen wird. TherapeutInnen sollten es tun, nebenbei, so normal wie möglich, wenn sich die Gelegenheit, wenn sich ein „hook“ bietet. Dieses sollte behutsam geschehen, hypothetisch und einfühlsam, v. a. wenn es sich um langbestehende Geheimnisse zu handeln scheint, wenn sich das System schon lange Zeit um das Geheimnis herum „organisiert“ hat, wie es etwa Bentovim mit dem Begriff des „traumaorganisierten Systems“ verdeutlicht. Der Zugang zu einem Geheimnis, zu einem Tabu soll nicht zu einem erneuten Trauma führen. Und: alles zu seiner Zeit. Manche Tabus brauchen viel Zeit, um „durchlüftbar“ zu werden. Nicht umsonst wurde es für viele erst 50 Jahre nach dem Krieg möglich, Verantwortung für sich und eigene Taten zu übernehmen. Geheimnisse sind menschlich - die hilfreichen ebenso wie die „dunklen“. Ein respektvoller Umgang entspricht einer humanen Grundhaltung. Für ausreichenden Schutz (v. a. bei „Opfern“) ist zu sorgen.

Wenn man ein Gespür für mögliche Geheimnisse entwickelt, bei Inkongruenzen höflich nachfragt, nicht diagnostisch konstatiert, sondern hypothetisch bleibt („könnte es sein, daß...“, „ich habe da so eine Ahnung als ob...“), kann ein respektvoller Zugang zu Tabus gelingen. Zeigen sich körperliche Symptome, mögen Assoziationen hilfreich sein (Körper erinnern sich). Bilder, Zeichnungen, Fotos, Genogramme mit „harten“ Daten und „weichen“ Beschreibungen, Zuschreibungen können auf Regeln, Muster und auf Tabus hinweisen. Sich wiederholende Erzählmotive, Sprüche oder Assoziationen im Sinn von freien Phantasien (Drees 1995) können Schlüssel sein.

### 5. Zirkulär mit Geheimnissen umgehen

Dabei muß, auch wenn dies vielleicht paradox erscheinen mag, das Geheimnis nicht immer (gleich) explizit benannt werden, um hilfreich Veränderungsprozesse zu initiieren. Sowohl im Rahmen von systemischer Therapie als auch in Familienrekonstruktionen bieten sich zum einen *zirkuläre Fragen* an:

- „Wer weiß vom Geheimnis, wer nicht?“
- „Was würde passieren, wenn X davon erführe?“
- „Was denken Sie, wie sich Ihr Familienleben verändern würde, wenn ein Geheimnis, das Ihre Familie belastet, verschwinden würde?“
- „Für wen, glauben Sie, würde das am wichtigsten sein?“, „Wer leidet wohl am meisten darunter?“
- „Wer aus Ihrer Familie, Ihrem Bekanntenkreis würde sich am wenigsten wundern, wenn das Geheimnis ausgesprochen würde? Wer hat es der Familie schon immer zugetraut, daß sie damit umgehen kann? Was denken Sie, wie und wodurch diese Person zu einer solchen Annahme kommen könnte?“
- „Angenommen der Zeitpunkt käme, um über ein Geheimnis zu reden, mit wem könntest du es dir dann am ehesten vorstellen - einer Person, einem Stofftier?“ usw.

Eine andere Möglichkeit liegt in der *Skulpturarbeit mit Personen oder Objekten*:

- „Wie könnte man das Geheimnis symbolisch darstellen: Farbe, Form, Eigenschaften wie z. B. dunkel, zerbrechlich, erdrückend, verbindend usw.?“
- „Wo steht Ihrer Meinung nach das Symbol zur Zeit, stand es früher, sehen es die anderen Familienmitglieder, wo sollte es sein?“

Hier kann konkret oder hypothetisch nach Bewertungen gefragt werden und nach Phantasien, wie es wohl wäre, wenn es Offenheit oder neue Bewertungen über das Geheimnis gebe, um zu neuen, bewußten Entscheidungen zu kommen.

### 6. Die Suche nach der alternativen Geschichte

In einer Familienrekonstruktion kann ermöglicht werden, mit Hilfe anderer Menschen, statt der dominierenden Geschichte (White 1990) eine alternative Geschichte zu erfinden, in der z. B. auch Verantwortung übernehmende Täter vorkommen, Opfer nicht zu Schuldigen gemacht werden, Täter von Opfern nicht gerichtet, auch nicht freigesprochen werden, aber eine neue Distanz, ein innerer Frieden gefunden werden kann. Dabei sind Verstörungszustände, Chaosphasen und Ängste oft nicht zu vermeiden. Geschichten werden dekonstruiert. Systeme organisieren sich über Bilder und Geschichten. Neue Bilder und Geschichten können zu einer Neuorganisation und einer neuen Identität des Systems führen.

*Ich dachte immer, meine Familie ist nicht o.k., da sind so schlimme Sachen passiert. Das war mir peinlich. Niemand sollte das wissen. Jetzt habe ich mitbekommen, daß sowas auch woanders vorkommt. Ich finde meine Familie jetzt eigentlich ganz lebendig, die viele, z.T. sicher auch harte*

*Lebenserfahrungen gemacht hat, aber eigentlich dafür noch gut zurecht gekommen ist, wohl gute Ressourcen hat. Ich habe mehr Sicherheit für mein Leben bekommen, fühle mich damit besser und habe auch Ideen bekommen, was ich jetzt tun werde und wie ich für mich besser sorgen kann.*

Rituelle Sätze oder Handlungen können sich dabei als hilfreich erweisen, gerade wenn sie ganzheitlich mit sinnlichem Erleben kognitive Prozesse begleiten.

*(„Nicht meins“, „Ich trage meine Last, tragt ihr jetzt eure, ich gebe es euch symbolisch zurück, was ich aus Liebe getragen habe“, „Diese Farben verbinde ich mit Euch, die nehme ich mit“ usw.)*

*In einer Therapiesitzung kletterte ein Klient nach einer Skulpturarbeit, bei der er den durch Stühle symbolisierten Eltern einen schweren Stein mit den Worten „es geht mich nichts an, ich kann es bei euch lassen“ zurück vor die Füße legte, anschließend durch das Fenster in seine „Zukunft“. Die „Eltern“ hatte zuvor er in der Türöffnung plaziert. Er fand seinen eigenen Weg, ohne die Eltern verändern zu müssen.*

Das Thema bleibt doppelgesichtig: Die Nachfolgenden sollten den Weg der Vorangegangenen respektieren und sie sollten ein Recht auf Wissen haben.

Bleiben Themen, Ereignisse im Tabubereich, dann kann die Möglichkeit einer Neubewertung ebenso erschwert werden, wie die einer möglichen (nötigen) Trauerarbeit. Stattdessen bindet Kontrolle die Lebensenergie.

Wenn in einer Familie (einem System, z.B. auch einem Betrieb, einer Gesellschaft) destruktive Ereignisse passiert sind und dafür nicht offen Verantwortung übernommen wird, dann haben es auch Nachfolgende schwer, die Vergangenheit aufzuarbeiten, Stellung zu beziehen, können sich nach angemessenem zeitlichen Abstand ggf. nicht versöhnen oder sich nicht bewußt abgrenzen. Dann können Muster entstehen, die das System nicht schützen, sondern bedrohen, die pervertiert und perpetuiert werden können.

## 7. Schluß

Systemische Therapie sieht ihre zentrale Aufgabe darin, Unterschiede zu der Epistemologie des jeweiligen Systems zu erzeugen. Und der kann sowohl darin liegen, ein Tabu durchzulüften, ja auch, es aufzudecken und die Beteiligten aus dem Griff der Ängste und Mythen, die sich um das Tabu rankten, zu befreien. Er kann aber auch darin liegen, daß der Anspruch, daß „alles“ schonungs- und respektlos ans Licht gezerrt werden müsse, in seiner Totalität und Brutalität zurückgewiesen wird.

Wenn also der Satz heißt: „**Das darf niemand erfahren, sonst...!**“, dann mag sich therapeutische Unterstützung beim „Durchlüften“ als hilfreich erweisen. Dann kann es durch den Gang in die Dunkelkammer gelingen, neue Bilder zu entwickeln.

Wird sich andererseits dafür entschieden, nach dem Durchlüften als konstruktiv bewertete Geheimnisse weiter zu schützen, können sie Zugehörigkeiten festigen und die Identität des Individuums und des Systems schützen.

Dann sollte dem Satz: „**Das geht euch gar nichts an!**“ respektiert werden - auch oder gerade von TherapeutInnen.

## Literatur

- Bentovim, A. (1995). Traumaorganisierte Systeme. Mainz: Matthias-Grünwald-Verlag.  
 Bradshaw, J. (1995). Familiengeheimnisse. München: Kösel.  
 Drees, A. (1995). Freie Phantasien in Balintgruppen. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.  
 White, M., Epston, D. (1990). Die Zähmung des Monsters. Heidelberg: Carl Auer.

Michael Grabbe  
 Wellingholzhausener Straße 44  
 49326 Melle