Spektrum.de

17.01.2023

SCHWEIGEN

»Familiengeheimnisse drehen sich meist um die Herkunft«

Geheimnisse können harmlos sein. Doch sie können auch schaden: »Manche Kinder spüren, dass etwas nicht stimmt«, sagt der französische Psychiater Jacques Dayan. Im Interview erklärt er, wann Eltern nicht länger schweigen sollten.

Guillaume Jacquemont

© FREEMIXER / GETTY IMAGES / ISTOCK (AUSSCHNITT)

Wenn Kinder ihre Großeltern zum Erzählen bringen, kommen lange vergessene Geschichten ans Licht. (Symbolbild)

ÜBERSETZUNG AUS

Ein uneheliches Kind, ein Suizid in der Familie oder die Kriegsverbrechen von Opa: Über so etwas wird in vielen Familien lieber geschwiegen. Doch das hat Folgen: »Unter dem Deckmantel eines Geheimnisses kann ein Trauma weiterwirken«, sagt der französische Psychiater Jacques Dayan. Dennoch rät er Eltern nicht grundsätzlich dazu, Geheimnisse der Familie zu offenbaren.

»Spektrum.de«: Herr Professor Dayan, sind Ihnen in Ihrer Praxis Fälle von Familiengeheimnissen begegnet, die sich auf die nachfolgenden Generationen ausgewirkt haben?

Jacques Dayan: Ja, ich habe zum Beispiel eine Frau kennen gelernt, deren Vater sich während des Zweiten Weltkriegs erheblich bereicherte, indem er Menschen bestahl, die von den Deutschen enteignet worden waren. Sie erfuhr erst als Teenager von diesem Geheimnis, und daraufhin entwickelte sie verschiedene Symptome. Sie wollte auch keine Kinder bekommen, weil sie ihnen die Herkunft des Familienvermögens hätte verraten müssen. Jahre später hat sie in äußerst auffälliger Weise einen Betrug begangen und wurde von der Polizei festgenommen. In meinem psychiatrischen Gutachten kam ich zu dem Schluss, dass dieses seltsame Verhalten auf ihr Geheimnis zurückging. Es war ihre Art zu sagen: »Auch ich habe gestohlen!«, ein Ausdruck ihrer pathologischen und dysfunktionalen Verbindung zu ihrem

Vater.

Sind alle Geheimnisse schädlich?

Nein, einige werden als relativ harmlos erlebt und verlieren sich im Nebel der Vergangenheit, ohne Probleme zu bereiten. Am meisten schaden die Geheimnisse, die mit einem Trauma oder mit Scham verbunden sind. Scham ist sehr oft hinter dem Unausgesprochenen präsent, wenn auch in unterschiedlicher Intensität. Die emotionale Belastung ist dann besonders groß und kann in der nächsten Generation und manchmal auch darüber hinaus Unheil bringen.

Wie genau »wirken« Geheimnisse überhaupt?

FRDL. GEN. VON JACQUES DAYAN (AUSSCHNITT)

ques Dayan | Der Kinder- und endpsychiater ist Professor an der versité de Rennes in Frankreich und eitet am Universitätsklinikum von n. In seiner Forschung und Praxis

Ich habe beispielsweise die Tochter einer Frau behandelt, die in ihrer Kindheit vergewaltigt worden war. Die Frau hatte nie mit jemandem darüber gesprochen. Als Erwachsene wurde sie depressiv und hatte ein sehr gestörtes Verhältnis zu Sexualität, was auch die Sexualität ihrer Tochter, meiner Patientin, beeinträchtigte. Wenn sie einen kurzen Rock anzog oder spätabends nach Hause kam, wurde sie von ihrer Mutter mit Vorwürfen überhäuft. Sie musste das erdulden, ohne diese oft heftigen Vorhaltungen verstehen zu können, da sie

chäftigt er sich besonders mit umata und Psychopathologie in der desentwicklung.

die Geschichte ihrer Mutter nicht kannte. Daraufhin entwickelte sie ein großes Misstrauen gegenüber Männern und Schuldgefühle wegen ihrer Liebesbeziehungen. Außerdem bestand die Gefahr, dass sie diese Verhaltensweisen später bei ihren eigenen Kindern wiederholen und auch deren Verhältnis zur Sexualität stören würde. Es ist allerdings nicht ganz richtig zu sagen, dass das die Auswirkungen des Geheimnisses sind: In Wirklichkeit ist es das Trauma, das unter dem Deckmantel des Geheimnisses wirkt. So ist es fast unmöglich, am Trauma zu arbeiten, und das behindert jede weitere Entwicklung.

»Ein Geheimnis aufzulösen verändert die Familiendynamik. Manche entfernen sich von ihren Eltern, andere nähern sich ihnen an«

Sie haben auch einen Zusammenhang mit Scham erwähnt – was hat es damit auf sich?

Nichts zu sagen ist oft eine Methode, sich vor einem Ereignis zu schützen, das uns beschämt, psychisch

angreift oder unangenehm ist. Am häufigsten drehen sich Geheimnisse um die Herkunft: Zum Beispiel trauen sich die Eltern nicht, ihrem Kind zu sagen, dass sein biologischer Vater nicht der Mann ist, der sich wie ein Vater um es gekümmert hat. Ich habe Patienten therapiert, die erst als Erwachsene davon erfuhren. Das ist keine Kleinigkeit, und dennoch sind die Reaktionen sehr unterschiedlich. Manche sind eher erleichtert, weil sie schon immer etwas geahnt haben. Sie haben gespürt, dass ihr Alltag von Schweigen, Verlegenheit und Tabus geprägt war; die Hintergründe zu verstehen war dann befreiend. Andere kommen damit weniger gut zurecht. In jedem Fall verändert das Offenbaren eines Geheimnisses die Familiendynamik. Manche entfernen sich von ihren Eltern, andere nähern sich ihnen an. Das hängt von einer Vielzahl von Faktoren ab, beispielsweise von der Beziehung, die sie vorher zu ihnen hatten, und von der Position, die der biologische Vater in diesem Dreieck einnimmt. Manche Mütter sind immer noch mehr oder weniger heimlich in ihn verliebt.

Was sollte man also tun? Ein Geheimnis bewahren oder auflösen?

Lange Zeit wurde empfohlen, Geheimnisse zu lüften, mit dem Gedanken, dass diejenigen, die sie erfahren, dadurch ihre Welt besser verstehen und ein Gefühl der Erleichterung verspüren. Endlich wird nicht mehr so getan, als würde man den Elefanten im Raum nicht sehen!

Heutzutage geben wir jedoch keine allgemein gültigen Empfehlungen mehr. Das Problem besteht darin, dass es keine quantitativen Studien zu diesem Thema gibt. Wir verfügen lediglich über eine große Anzahl klinischer Fälle, die das Phänomen belegen: In bestimmten familiären oder persönlichen Konstellationen sind Geheimnisse für die Beteiligten sehr belastend. Wir sehen aber auch viele Patienten, denen es mit einem Geheimnis gut geht oder deren Situation sich im Gegenteil verschlechtert, wenn sie davon erfahren. Deshalb ist es schwierig, eine allgemein gültige Empfehlung abzugeben. Es muss wirklich von Fall zu Fall abgewogen werden. Allerdings gibt es auch bestimmte Situationen, in denen ein standardisierteres Vorgehen möglich ist.

Wann ist das der Fall?

Wenn es um künstliche Befruchtung geht, insbesondere bei einer Samenspende auf Grund von Unfruchtbarkeit des Mannes. Die meisten Menschen erzählen ihrem Kind nie davon, weil sie Angst haben, dass das Kind ihre Elternrolle in Frage stellen könnte – ein Risiko, das jedoch gering ist. Die Gefahr besteht vielmehr darin, dass das Geheimnis sie »auffrisst« oder zumindest ein Elternteil ihm eine übergroße Bedeutung beimisst. Außerdem ist es nicht ungewöhnlich, dass das Kind auf die eine oder andere Weise spät davon erfährt und sich dann verraten oder betrogen fühlt. Die Folge ist manchmal eine Verhärtung in den Beziehungen oder sogar ein später Bruch mit der

Familie. Psychologen empfehlen Eltern, dem Kind frühzeitig seine biologische Abstammung zu erklären: Man sollte mit ihm darüber reden, sobald es sprechen kann, und später mehrmals auf das Thema zurückkommen, damit es versteht, dass man ihm etwas mitteilen will, und damit es diese Tatsache langsam und behutsam verinnerlichen kann. Doch es ist wichtig, dass sich die Eltern in ihrer Entscheidung frei fühlen. Selbst wenn das Kind das Geheimnis zufällig entdeckt, muss das Ergebnis nicht zwangsläufig negativ sein. Es folgt eine schwierige Zeit, aber am Ende des Wegs steht oft die Versöhnung. Und die Familien erleben die vielen heiklen Situationen, mit denen sie nach einer künstlichen Befruchtung konfrontiert werden, ganz unterschiedlich.

»Ein Risiko besteht darin, dass das Kind daraufhin alles in Frage stellt, was von den Eltern kommt«

Welche Reaktionen haben Sie bei diesen Familien beobachtet?

Eine typische, komplizierte Situation: Ein Kind wird nach einer Samenspende geboren, und die Angehörigen wundern sich über die Ähnlichkeit mit den Eltern. Einer

meiner Patienten, dem das passiert ist, hat sehr gut reagiert. Er erzählte, dass es für ihn großartig war, weil die körperliche Ähnlichkeit ihm das Gefühl gab, dass es wirklich sein Kind war. Es beruhigte ihn, dieses Geheimnis zu bewahren. Aber ein anderer Patient, der sich in der gleichen Situation befand, fühlte sich dazu verpflichtet, mit einer Lüge zu leben. Im ersten Fall war das Geheimnis für den Elternteil also von Vorteil, im zweiten Fall war es toxisch. Natürlich ist das immer nur eine Momentaufnahme. Man muss aufmerksam beobachten, wie sich die Situation und die Gefühle im Lauf der Zeit entwickeln. Ein Geheimnis für den Moment zu bewahren, heißt nicht, dass man es nie preisgeben darf.

Sie sprachen von einem Gefühl des Verrats, wenn man zufällig herausfindet, dass etwas vor einem verborgen wurde. Gibt es neben dem Risiko eines Bruchs mit der Familie noch andere Folgen?

Ein weiteres Risiko besteht darin, dass das Kind oder sogar der Erwachsene daraufhin alles in Frage stellt, was von den Eltern kommt – nicht nur das, was das Geheimnis selbst betrifft. Auch wenn es manchmal heilsam ist, sich von der Familie zu lösen, ist es doch häufig kompliziert, damit umzugehen. Ein Roman von Marcel Aymé, »Le Bœuf clandestin«, veranschaulicht das sehr gut. Er beschreibt den Alltag einer prinzipienfesten Familie, in der die Tochter ihren Vater, der sich selbst als Vegetarier bezeichnete, beim Fleischessen ertappt. Diese Entdeckung führt dazu,

dass sie von nun an alle von ihrem Vater vertretenen Werte ablehnt.

Wäre es hier also besser gewesen, darüber zu sprechen?

Für das Kind sicherlich, damit es sich kein unrealistisches Bild von seinem Vater macht. Aus der Sicht des Vaters ist das jedoch weniger klar: Vielleicht war die Scham zu groß. Es ist schwer vorherzusehen, welche psychologischen Folgen eine solche Offenbarung für ihn gehabt hätte. Man muss sich von der naiven Vorstellung lösen, dass die Enthüllung eines Geheimnisses auf alle Menschen die gleichen Auswirkungen hat. Manchmal ist es für den einen positiv, für den anderen negativ.

Wenn man überlegt, ein Geheimnis zu lüften: Was würden Sie raten?

Zunächst sollte man sich fragen, ob man es gelassen offenbaren kann oder ob es emotional stark belasten würde. In letzterem Fall kann es hilfreich sein, sich von Fachleuten helfen zu lassen oder sogar zu warten, bis man sich bereit fühlt. Einige Geheimnisse betreffen zum Beispiel Kriegsverbrechen, vor allem die Gräueltaten in den Konzentrationslagern während des Zweiten Weltkriegs. Die Betroffenen waren oft nicht in der Lage, mit ihren Kindern darüber zu sprechen, so dass erst die Generation der Enkel das Thema in der Familie ansprach. Die zweite wichtige Frage ist die nach den Auswirkungen von Geheimnissen. Nehmen wir das Beispiel der biologischen Herkunft: Wenn

das Geheimnis ständig im Alltag auftaucht – etwa wenn das Kind erzählt, dass es in der Schule von künstlicher Befruchtung gehört hat, oder wenn die Familie Orte aufsucht, die mit dem biologischen Vater zu tun haben –, dann kann das Geheimhalten Probleme bereiten oder für Verwirrung sorgen. Vielleicht ist es dann besser, es zu enthüllen, sobald man sich der Folgen bewusst wird. Das ist jedoch eine sehr schwierige Frage, und häufig ist das auch der Grund, warum Therapeuten von Geheimnissen erzählt bekommen.

Die Patienten suchen also nicht deshalb Hilfe, weil es ihnen wegen des Geheimnisses schlecht geht?

Fast nie – auch wenn man natürlich manchmal in der Therapie entdeckt, dass hinter den Problemen ein Geheimnis steckt. In der Regel ist der Grund für eine Beratung aber eher die konkrete Frage, ob man den Kindern davon erzählen soll oder nicht. Das kommt vor allem vor, wenn es in der Familie Suizide oder sexuelle Übergriffe gab. Beispielsweise wollten Eltern von mir wissen, ob sie ihrem Sohn erzählen sollen, dass sein Onkel sich erhängt hat. Sie stellten mir diese Frage allerdings, während ihr Kind zuhörte! Das ist scheinbar absurd – aus psychologischer Sicht jedoch nicht. Eine Funktion von Geheimnissen besteht darin, die Welt in zwei Gruppen zu teilen: diejenigen, die etwas wissen, und diejenigen, die nicht wissen. Innerhalb der beiden Gruppen herrscht ein starker Zusammenhalt, aber zwischen den Gruppen wirkt

das Geheimnis wie eine Trennlinie. Indem die Eltern ihr Vorgehen vor dem Kind nicht verheimlichten, konnten sie es einbeziehen, auch wenn sie noch nicht wussten, ob sie ihm ihr Geheimnis verraten sollten. Später habe ich allein mit dem Kind gesprochen und festgestellt, dass es ohnehin längst Bescheid wusste. Doch die Tatsache, dass es mit seinen Eltern darüber sprechen konnte, erwies sich als befreiend. Probleme wie Schlafstörungen und Schwierigkeiten in Beziehungen besserten sich daraufhin rasch.

Hat sich unser Umgang mit Geheimnissen verändert?

Überhaupt nicht, zumindest nicht bei Geheimnissen, die mit der Herkunft zu tun haben – zu unserem großen Erstaunen. Dabei ist die heutige Gesellschaft redseliger, in Sittenfragen offener und sie legt mehr Wert auf das Gespräch zwischen Eltern und Kindern als früher. Dennoch ist alles, was dieses Thema betrifft, immer noch sehr heikel. Wie gesagt, viele dieser Geheimnisse sind schambesetzt: Die damit verbundenen Ereignisse werden von der Gesellschaft nicht geduldet. Die fehlende Entwicklung zeigt, dass Praktiken wie die künstliche Befruchtung weniger akzeptiert sind als gedacht.

© Cerveau & Psycho

Cerveau & Psycho 150, S. 50–54, 2022

Guillaume Jacquemont
Der Journalist ist Redakteur beim französischen Wissenschaftsmagazin »Cerveau & Psycho«.