

Fokus Lebensgeschichte: Über die Bedeutung der Vergangenheit in der Daseinsanalyse

DANIELA SICHEL IMTHURN

Die Verarbeitung der Vergangenheit durch Erinnerungsarbeit zählt zu den grundsätzlichsten und selbstverständlichsten Zielen der Psychoanalyse. In der daseinsanalytischen Neurosentheorie aber ist neurotisches Leiden nicht in erster Linie Folge von früh Verdrängtem, das in der Therapie wiederentdeckt werden soll. Es geht nicht hauptsächlich darum, die Gegenwart des Neurotikers von der „Macht des Vergangenen“ zu erlösen, um ihn von seinem Leiden zu befreien – die Gegenwart wird *nicht nur* aus der Vergangenheit verstanden.

Die daseinsanalytische Sicht von Alice Holzhey geht von der Annahme aus, dass seelisches Leiden als eine Auseinandersetzung des einzelnen Menschen mit sich selbst zu verstehen ist, und zwar sowohl mit eigenen Lebenserfahrungen als auch mit der *Conditio humana*. Leiden heisst hier¹ „offen“ zu sein für das, was hinter der konkreten, ontischen (Lebens-)Erfahrung verborgen ist, nämlich für unerträglich erscheinende Bedingungen der existentiellen Grundsituation. Hochsensibel (*hellhörig*) für ontologische Wahrheiten, die sich ihm aufdrängen, versucht der seelisch Leidende diese zu negieren (*er „agiert“*), geleitet vom illusionären Wunsch, dass dies möglich wäre. Historisches Verstehen greift in diesem Fall zu kurz, geht es doch darum, die Hellhörigkeit und die unbewusste Absicht, die das Agieren begründet, zu erkennen und bewusst zu machen, um die ontisch-ontologische „Verstrickung“ aufzulösen.

Drei Fragen schwingen deswegen in daseinsanalytischen Therapien immer mit und begleiten den therapeutischen Verstehensprozess. Für welche ontologischen Grundbedingungen ist der Patient besonders hellhörig? Mit welchem ontologischen Wunsch antwortet der Patient auf die hellhörig vernommenen Seinsbedingungen? Wie agiert der Patient seinen ontologischen Wunsch?²

Vor diesem Hintergrund möchte ich der Frage nach dem Stellenwert der Lebensgeschichte, bzw. der eigenen Vergangenheit, und der Notwendigkeit der Auseinandersetzung mit ihr in der daseinsanalytischen Therapie nachgehen.

Im Versuch auf diese Fragen zu antworten, lasse ich mich vor allem von Alice Holzheys theoretischen Überlegungen und Stellungnahmen zum Thema³ leiten.

Kindliche Entwicklung und die Fragilität des Anfangs

Einige wenige Gedanken zur Kindheit und zur kindlichen Entwicklung sollen zur Frage nach deren Bedeutung in der Daseinsanalyse beitragen. Die Kindheit steht in der Daseinsanalyse im Gegensatz zur Psychoanalyse meistens nicht im Fokus der Beachtung. Aber auch Daseinsanalytiker wissen, dass die Kindheit ein grundlegender und zudem besonders störungsanfälliger Zeitabschnitt im Leben eines Menschen ist, weil das Kind in einem fast ausschliesslich von den Stimmungen diktierten Verhältnis zu sich selbst, der Welt und der *Conditio humana* steht. So ist es den zugehörigen schwierigen Erfahrungen viel unmittelbarer und ausgeprägter als der Erwachsene ausgesetzt. Alles Konkrete wird grundsätzlicher und weniger relativierbar erlebt, was das Kind verletzbarer macht. Die Möglichkeiten mit der realen Welt zurecht zu kommen werden im Laufe der Entwicklung zwar grösser; dennoch eröffnet jeder Entwicklungsschritt neue Horizonte mit unbekanntem Anforderungen, wodurch das Kind immer wieder ins Offene, Haltlose ausgesetzt und mit dem Unvertrauten, Unheimlichen der Existenz konfrontiert wird⁴.

Ausser der allgemein grösseren Verletzlichkeit des kleinen Kindes kann man schon von früh an bei jedem Kind gewisse – sehr wahrscheinlich angeborene, individuelle – „Empfindlichkeiten“ für bestimmte Seinsthemen beobachten. Diese zeigen sich an typischen Reaktionen des Kindes. Manche Säuglinge schlafen z.B. bei gesättigtem Appetit zufrieden ein, andere werden ganz unruhig, wenn sie beim Saugen merken, dass die Flasche langsam leer wird und sind untröstlich, wenn die Milch wirklich zu Ende ist, obwohl der Appetit gesättigt ist. Das eine Kind versucht so schnell wie möglich sich von Abhängigkeiten zu befreien und seinen Handlungsspielraum so schnell wie möglich zu erweitern und auszunützen, das andere scheut das Alleinsein und sucht während der ganzen Kindheit eine Anlehnungsmöglichkeit. Darin zeigt sich nicht nur eine charakteristische Empfindlichkeit für ein bestimmtes Lebensthema, sondern auch eine charakteristische Art und Weise, stimmungsmässig mit beängstigenden oder irritierenden Grundbedingungen der *Conditio humana* umzugehen. Wie und ob diese Kinder zu „seelisch Leidenden“ werden, hängt einerseits von den Erfahrungen ab, die sie mit ihrer Umgebung machen, andererseits vom Grad ihrer Empfindlichkeit für die Zumutung dieser Erfahrungen. Eine besondere Empfindlichkeit entwickelt sich zu einer besonderen Hellhörigkeit für die ontologische Dimension von überfordernd erlebten Erfahrungen. Jedes Erlebnis kann für ein empfindliches Kind traumatisierend wirken und schwerwiegende Folgen haben, unabhängig von der objektivierbaren Schwere des Ereignisses. Man denke nur, welche verborgene aber erschreckende ontologische Wahrheit sich hinter dem Verlust, dem Wegfliegen oder Platzen eines harmlosen, farbigen Luftballons verstecken könnte.

Geschichte als Vollzug

Alice Holzhey geht von Heideggers Charakterisierung der Existenz aus. Für Heidegger ist menschliche Existenz – im Gegensatz zur Vorhandenheit in der Ding- oder Tierwelt – *Vollzug*: Der Mensch hat „zu-sein“, er muss sein Leben als „Aufgabe“ übernehmen, er kann gar nicht anders. So muss er auch seine Geschichte immer neu vollziehen. Deswegen spricht Heidegger von „Gewesen-sein“ an Stelle von „Vergangenheit-haben“. Jeder Mensch kann auf verschiedene Art zu seiner Geschichte Stellung nehmen, auch zu den unveränderbaren „harten Fakten“ des Lebens, die nicht von uns abhängen und auf die wir keinen Einfluss haben. Wir reagieren darauf, wir selbst geben diesen Fakten eine Bedeutung, wir selbst interpretieren sie. Sartre fragt im gleichen Zusammenhang: „Was macht der Mensch aus dem, was die Verhältnisse aus ihm gemacht haben?“ Was wir von unserer Geschichte erinnern, vergessen oder verdrängen und die Art, wie wir dies tun (z.B. mit unterschiedlichen Abwehrmechanismen), gehört dazu. Es ist unsere, von der jeweiligen Hellhörigkeit abhängige Interpretation, unsere individuelle Antwort, die wir einem Ereignis geben, die bestimmend ist, ob und wie stark dieses unsere Entwicklung mitprägt, nicht das Ereignis selber. Darum lässt sich – so A. Holzhey, Heideggers Begriff der Existenz aufnehmend – auch von der *Geschichte* als „*geworfenem Entwurf*“ sprechen. Wir müssen unsere Vergangenheit übernehmen und uns dazu verhalten.

Geschichtliches in der Therapie

In den therapeutischen Gesprächen erfahren wir durch viele konkrete Erinnerungen aus dem Leben des Patienten. Wir wissen, dass es subjektiv gefärbte Schilderungen sind, die keineswegs ein objektives Bild der damaligen Realität widerspiegeln müssen. Es handelt sich um eine interpretierte Stellungnahme, die eingebunden ist in die gegenwärtige Einstellung zur eigenen Geschichte.

Alles was in der Therapie geschieht, wie es geschieht, die Stimmung in der diese Rückblicke wiedergegeben werden, Übertragung und Gegenübertragung, die gemeinsame Traumarbeit, Fehlleistungen und am auffälligsten das insistierende Wiederholen eines alten leidbringenden Musters, alle diese Phänomene gehören zur interpretierten Stellungnahme und geben uns also ebenfalls Auskunft über die vergangene Geschichte des Patienten. Die Konfrontation mit der erinnerten Geschichte, aber auch deren wiederholte, z.T. unbewusste Manifestationen, sind in der Begegnung mit diesem Menschen gegeben. Unabhängig davon, ob wir den Fokus unseres therapeutischen Interesse vor allem auf „Reminiszenzen“ aus der frühen Kindheit richten oder den Fokus mit dem ontologischen „Ohr“ erweitern, wir können in unserer Arbeit nicht von diesen Manifestationen von Vergangenem absehen. Sie sind immer Teil eines subjektiv-interpretierten (hermeneutischen) Ganzen. Therapeutisch folgt – so auch A. Holzhey – dass wir nicht nur die Bedeu-

tung der einzelnen Erinnerungen beachten müssen, sondern auch die Interpretation, die der Patient der eigenen Geschichte im Ganzen gibt. Häufig tritt sie in Form eines Fazits auf, welches die Grundeinstellung zur eigenen Geschichte im Ganzen prägt. Dieses ist meistens unbewusst, muss also erst verstanden und thematisiert werden. Zur Veranschaulichung eines solchen Fazits hier ein Beispiel aus der Praxis:

Frau A. hat in ihrer Kindheit viel für sie Unfassbares erlebt, auf das sie mit heftigen Scham- und Schuldgefühlen reagierte. In der Therapie erzählte sie viel davon, wie auch vom immer wiederkehrenden und lähmenden Gefühl, sie dürfe sich auf keinen Fall in ihrer Einzigartigkeit zeigen, „nie und nimmer“, bei gleichzeitigem Widerstreben, irgendeiner Norm zu entsprechen. Aus den Erlebnissen und Gefühlen ihrer Kindheit zog sie hellhörig das Fazit, „*ich sollte gar nicht da sein*“. „Kaum exponiere ich mich, bekomme ich eine um die Ohren, also muss ich von Mauseloch zu Mauseloch kriechen“ – so ihr Gefühl – „der Blick und die Stimme der Anderen sind immer kritisch, verachtend, vernichtend“.

Für lange Zeit war dieses Fazit, weder erwünscht noch lebensberechtigt zu sein, für sie vor allem als Furcht spürbar, sich überall inadäquat zu exponieren und ständig aus der Reihe zu fallen, sowie als drängender Wunsch, möglichst ganz zu verschwinden – natürlich auch in der Therapie. So versuchte Frau A einige Male in ihrem Leben, alles hinter sich zu lassen. Schmerzhaft brach sie Brücken ab und startete wieder von neuem; das waren notwendige Schritte für sie, um sich von einzelnen schlimmen „Geschichten“ in ihrem Leben losreißen zu können. Ontologisch gedeutet, versuchte sie damit aber auch, sich vom „Skandal“ des eigenen Anfangs, nämlich von der Zumutung, mit dieser Geschichte und keiner anderen existieren zu müssen, zu befreien und selber einen eigenbestimmten Anfang zu kreieren.

Neurotisches Leiden und Lebensgeschichten

In der Psychoanalyse spricht man üblicherweise von einem Leiden *infolge* der (negativ erlebten) Kindheit. Um das Verhältnis von neurotischem Leiden und Kindheit zu charakterisieren, spricht Alice Holzhey in Anlehnung an Freuds „Leiden an Reminiszenzen“ von einem „Leiden an der Kindheit“ bzw. an der eigenen Geschichte. Dabei ist es ihr wichtig hervorzuheben, dass damit dem Subjekt in seinem Verhältnis zum Leiden eine Aktivität zukommt, nämlich die Möglichkeit zu reagieren, welche dem reinen Erleiden von widrigen, krankmachenden Umständen fehlt.

Sie unterteilt das neurotische Verhältnis zur eigenen Vergangenheit in ein a) *allgemein menschliches Leiden (Leiden am Geschichtlichsein)* und ein b) *individuell einmaliges Leiden (Leiden an der eigenen Geschichte)*.

Streng ist dies nicht zu trennen, aber die Gewichtung ist verschieden. Manchmal steht im Vordergrund „*'dass' es mit mir angefangen hat*“, manchmal mehr „*'dass es ,so' mit mir angefangen hat*“ bzw. „*'wie' es mit mir angefangen hat*“.

a) Beim *Leiden am Geschichtlichkeitsein* geht es um das unumstössliche, kontingente ontologische Faktum, dass wir ins Leben „geworfen“ wurden, ohne dass wir unsere Zustimmung geben oder eine Wahl treffen konnten. Dies wird als eine unerträgliche, inakzeptable Zumutung erlebt. Es hat zufällig mit uns angefangen, wir haben dieses eine Leben, in dieser Epoche, mit diesen Eltern und diesem Körper, usw. und kein anderes ungefragt zu übernehmen und zu verantworten (geworfener Entwurf). Menschen, die dafür hellhörig sind, werden versuchen, sich von der Zumutung des unfassbaren, nicht selber gewählten eigenen Anfangs zu befreien. Dazu gehören die Phantasien und Tagträume vieler Kinder und Heranwachsenden, aus anderen, besseren Verhältnissen zu stammen (vgl. Freud, „Der Familienroman des Neurotikers“, 1909). Vehemente adoleszente Ablösungswünsche bzw. -Krisen könnten ebenfalls als das Bedürfnis interpretiert werden, den eigenen Lebensweg selber bestimmen zu wollen und somit den leidigen, nicht selbst gewählten Anfang als nichtig zu erklären. So insistiert Herr X immer wieder darauf, sein Leben habe erst als Erwachsener begonnen, nämlich dann, als er selber darüber entscheiden konnte. Nicht zuletzt unterstützen die heute viel diskutierten Geschlechtsumwandlungen in einem gewissen Sinne den illusorischen Wunsch einer absoluten Eigenbestimmung des Lebens.

„Am Anfang zu *leiden* heisst, hellhörig und hellsichtig bezogen zu sein auf das nackte, d.h. nicht in Sinndeutungen eingehüllte Faktum des eigenen Anfangs. Wer am Anfang leidet, erfährt ihn entweder als tiefe Verletzung bzw. Kränkung seines Anspruches auf Selbstgründung oder als Erschütterung seines Glaubens an einen Sinngrund der eigenen Existenz.“⁵

b) *Leiden an der eigenen individuellen Geschichte* ist Leiden an Kindheitserfahrungen, die uns aufgrund unserer Hellhörigkeit *ontologisch traumatisiert* haben. Immer wieder kann man feststellen, dass es Menschen gibt, die unter besonders widrigen Umständen aufgewachsen und doch keinen allzu grossen Schaden davon getragen haben, andere wiederum, die trotz relativ „milden“ Bedingungen lebenslang neurotisch leidend ein bestimmtes Seinsthema sisyphusartig zu bekämpfen versuchen. Bleibt man bei den Einschätzungen der ontisch konkreten Umstände, ist das zunächst unverständlich. Massgebend ist nämlich der im Ereignis selber eingeschlossene ontologische Verweis auf eine unerträgliche Seinswahrheit, auf die das Kind besonders empfindlich reagiert. Somit kann man sich durch alle realen Erfahrungen, nicht nur durch die ganz gravierenden, überfordert fühlen, denn alle Erfahrungen können den dafür Hellhörigen ontologisch berühren.

Zur Anschauung jetzt noch ein *Beispiel*, in dem deutlich wird, dass ein Leiden an der individuellen eigenen Geschichte im Hintergrund immer auch ein Leiden an der eigenen Geschichtlichkeit ist:

Eine junge Studentin leidet sehr unter ihrer individuellen Geschichte, nämlich darunter, dass in ihrer Familie, die sie gerne als musterhafte Familie idealisieren möchte, immer wieder konflikt-hafte, unangemessene, entwürdigende Dinge vorfielen, die sie erschütterten und zu tiefst beschämten. Seit einigen Jahren versucht sie obsessiv, mit überdimensioniertem Einsatz und nur auf dieses Ziel ausgerichtet, makellose Glanzleistungen im Studium hervorzubringen. Mit diesem perfektionistischen Ehrgeiz bekämpft sie, übertrieben aufopfernd und letztlich selbst-destruktiv, die seit ihrer Kindheit als unerträglich empfundene Wahrheit, dass sie in einer nicht musterhaften Familie aufwuchs, aber auch die Wahrheit, dass Menschen nicht fehlerlos sind. Noch grundsätzlicher versucht sie damit, die für sie unerträglichen, beschämenden Abhän-gigkeiten und Kontingenzen ihrer Lebensgeschichte zu negieren und sich den illusionären Wunsch eines fehlerlosen, selbstbestimmten Grundes und (neuen) Anfangs zu erfüllen.

Zusammenfassung

Nicht nur die Kindheit als besonders empfindliche Lebensphase, sondern auch das Verhältnis des Individuums zur Kindheit bzw. zur Vergangenheit ist in der Dasein-analyse von Bedeutung. Es gehört zur menschlichen Existenz, in Beziehung zu der eigenen vergangenen Erfahrung zu sein. Diese Beziehung ist eingebunden in die Einstellung zur eigenen Geschichte im Ganzen und zur eigenen Erfahrung der exis-tentiellen Grundsituation. Leiden an der eigenen Geschichte ist sowohl ein Leiden daran, „dass“ die eigene Geschichte, so wie sie war, unabdingbar hingenommen werden muss, als auch ein Leiden an unerträglich erscheinenden ontologischen Wahrheiten, die in negativ erfahrenen Erlebnissen hellhörig wahrgenommen werden.

Das Ziel einer daseinsanalytischen Therapie ist es, Einsicht zu ermöglichen in den illusorischen Charakter der – im Grunde genommen – selbstdestruktiven Ab-sicht, Grundbedingungen der eigenen Existenz zu negieren bzw. abzuwehren. Dazu braucht es die Auseinandersetzung mit der eigenen Geschichte sowohl in der historischen als auch in der philosophischen Perspektive. Die historische Pers-pektive zeigt, wie die konkreten Kindheitserlebnisse erfahren wurden. In der phi-losophischen Perspektive lässt sich die spezifische Hellhörigkeit für unzumutbar empfundene Seinsbedingung erschliessen, welche die Interpretation des Erlebten mitbestimmt. Erst durch die Berücksichtigung beider Perspektiven erfahre ich als Therapeutin ganz konkret detailliert, wovor der Patient grundsätzlich flieht.

Mit dem Blick jetzt in die Zukunft gerichtet, wünsche ich Dir, liebe Alice, noch viel Zeit zum Denken ... und uns daran teilnehmen zu lassen.

Literatur

- M. Heidegger, *Sein und Zeit*, Tübingen 1927, 1986.
- A. Holzhey-Kunz, „In die Welt hinaus. Entwicklungsschritte als Seinserfahrung“, unveröffentlichtes Manuskript. Später publiziert als: *In die Welt hinaus. Kindliche Entwicklungsschritte als Seinserfahrung*. In: *Daseinsanalyse. Jahrbuch für phänomenologische Anthropologie und Psychotherapie* 14 (1997).
- A. Holzhey-Kunz, *Welche therapeutische Relevanz misst die Daseinsanalyse der Erinnerung von Kindheitserfahrungen bei?* Forumsvortrag, 4. März 1999, unveröffentlichtes Manuskript. Später publiziert in: *Daseinsanalyse. Jahrbuch für phänomenologische Anthropologie und Psychotherapie* 16 (2000).
- A. Holzhey-Kunz, *Leiden am Dasein. Die Daseinsanalyse und die Aufgabe einer Hermeneutik psychopathologischer Phänomene*, Wien 1994.
- A. Holzhey-Kunz, *Das Subjekt in der Kur. Über die Bedingungen psychoanalytischer Psychotherapie*, Wien 2002.
- A. Holzhey-Kunz, *Die Zweideutigkeit von Erfahrung und die Angst, aus Erfahrung zu lernen*. Tagungsvortrag *Aus Erfahrung lernen?*, 10. März 2007.
- A. Längle, A. Holzhey-Kunz, *Existenzanalyse und Daseinsanalyse*, Wien 2008.
- W. A. Schelling, *Lebensgeschichte und Dialog in der Psychotherapie: Tiefenpsychologie, Anthropologie und Hermeneutik im Gespräch*, Göttingen 1985.

- 1 im Sinne einer „Zweideutigkeit seelischen Leidens“, in Anlehnung an Heideggers Daseinsanalytik in *Sein und Zeit*. Heidegger spricht von „ontisch-ontologischem Sehen“.
- 2 Evaluationsbogen für die daseinsanalytische Therapie, „Daseinsanalytisch-hermeneutischer Teil“ (2010). Dieser wurde während mehrerer Semestern in einem Forschungskolloquium am Daseinsanalytischen Seminar erarbeitet.
- 3 A. Holzhey hat das Thema in verschiedenen Phasen ihres Schaffens behandelt.
- 4 Vgl. dazu A. Holzhey-Kunz, *In die Welt hinaus. Entwicklungsschritte als Seinserfahrung*. Unveröffentlichtes Manuskript.
- 5 A. Holzhey Kunz, *Welche therapeutische Relevanz misst die Daseinsanalyse der Erinnerung von Kindheitserfahrungen bei?* In: *Daseinsanalyse. Jahrbuch für phänomenologische Anthropologie und Psychotherapie* 16 (2000), 46.