

# Trauma, Dissoziation und Paarbeziehungen: Hass auf die Liebe?

DGTD-Tagung Bad Endorf, 2013

Michaela Huber  
[www. Michaela Huber.com](http://www.MichaelaHuber.com)

# Literaturempfehlungen

- ▶ Ulrike Borst und Andrea Lanfranchi (Hg.): Liebe und Gewalt in nahen Beziehungen. Therapeutischer Umgang mit einem Dilemma, Heidelberg: Carl Auer
- ▶ Michael S. Broder: Ist Ihre Beziehung noch zu retten? Wann Sie gehen und wann Sie bleiben sollten. München: mvg
- ▶ Diane England: The Posttraumatic Stress Disorder Relationship. How to Support Your Partner and Keep Your Relationship Healthy. Avon, Mass: Adams Media
- ▶ Marie-France Hirigoyen: Die Masken der Niedertracht. Seelische Gewalt im Alltag und wie man sich dagegen wehren kann, München: dtv
- ▶ Peichl, Jochen: Destruktive Paarbeziehungen. Das Trauma intimer Gewalt, Stuttgart: Klett-Cotta

Täter-Opfer-  
Retter-  
Dreieck

Täter

Der ohnmächtige Zeuge

Opfer

Retter

# Trauma, Bindung – Wiederholung?

- ▶ In mindestens 50% aller Paare lebt mindestens eine/r, der/die in der Kindheit traumatisiert wurde.
- ▶ Je früher die Bindungstraumatisierung, desto sprachloser, automatisierter, affektiver (emotional und körperlich „geladen“) die Folgen.
- ▶ Je krasser die Bindungserfahrung, desto intensiver werden die Erfahrungen wiederholt und reinszeniert (TäterIn–Opfer–ohnmächtige ZeugIn–RetterIn...)
- ▶ Hochdissoziative haben einen dissoziativen Lebensstil mit Parallel–Welten: Täter–gebunden und gleichzeitig auf der Suche nach Rettung; fürsorglich und gleichzeitig parentifizierend....
- ▶ Bindungs–Erfahrung wird an PartnerIn und Kinder weitergegeben; Gewalt reinszeniert.

# Übertragung / Gegenübertragung

- ▶ Das hilflose Opfer
- ▶ Das aggressive Opfer
- ▶ Der gleichgültige Zeuge
- ▶ Der ohnmächtige Zeuge
- ▶ Der Retter/die RetterIn
- ▶ Der Täter/Die TäterIn
- ▶ Das Kind/der Erwachsene

## Gegenüber PartnerIn/HelferIn:

- ▶ Ich bin/wir sind so klein, ich kann/wir können das nicht. Nur du kannst mir/uns helfen.
- ▶ Du bist unfähig, du bist schuld, bist mir was schuldig!
- ▶ Es ist unmöglich, etwas zu tun. Du kannst mir/uns ohnehin nicht helfen.
- ▶ Mach das weg!
- ▶ Du siehst mich/uns nicht.
- ▶ Du lässt mich/uns im Stich.
- ▶ Du tust mir/uns etwas an.
- ▶ Nimm mich und mach mit mir, was du willst!
- ▶ Ich muss funktionieren und kann mich nicht ums Innenleben/Dich kümmern!

**Gleich und gleich  
gesellt sich gern...**





**... und Gegensätze  
ziehen sich an...**



















# Erstaunlich: Viele machen es besser als das, was sie selbst erlebt haben!

- ▶ Die Hälfte verstrickt sich NICHT wieder in Misshandlungsbeziehungen. (Resilienz)
- ▶ Ein Viertel bis die Hälfte liefern ihre Kinder NICHT wieder neuen Partnern zur Misshandlung aus.
- ▶ Wer „aussteigen“ kann, trägt zwar erst einmal die Last der Generationen.
- ▶ Doch begründet auch einen neuen Weg und ist ein gutes Beispiel für die nächsten Generationen und für alle, die sie (mit-)erleben dürfen.
- ▶ Viele PartnerInnen kämpfen um eine gute Beziehung jenseits ihrer eigenen Gewalterfahrung.
- ▶ Das verdient jede Unterstützung und lässt doch hoffen!

# Gegensätze...

- ▶ Täter-identifizierte und Täter-loyale Innenanteile reinszenieren die Gewalt-Erfahrung.
- ▶ Etwa  $\frac{1}{4}$  aller Frauen lebte früher in einer Beziehung, in der körperliche oder sexuelle Gewalt herrschten, oder lebt gegenwärtig in einer solchen Gewaltbeziehung (Frauenstudie der Bundesregierung, 2004)
- ▶ Zwischen 25 und 50% aller Frauen, die in der Kindheit sexuelle Gewalt in der Familie erfuhren, liefern später ihre Kinder an männliche Partner aus, die sie wiederum sexuell quälen.



# Bindungsprinzipien bei Misshandlungs-Verhältnissen

- ▶ Opferung
- ▶ Verrat
- ▶ Erpressung/Nötigung, Geheimnis wahren müssen
- ▶ Geiselnahme/“Stockholm-Syndrom“
- ▶ Macht-voller Einsatz von emotionaler, körperlicher, sexueller Gewalt: Wer stark ist, regiert
- ▶ Schuld und Schuldabwehr
- ▶ Heiße Liebe – kalter Hass
- ▶ Leugnung und Dissoziation
- ▶ Parentifizierung
- ▶ Geheimnisse
- ▶ Loyalität zu Tätern

# Achtung auf Misshandlungs- Beziehungen!

- ▶ Bei solchen Beziehungen wird Gewalt eingesetzt, um die PartnerIn zu: kontrollieren, beherrschen, demütigen oder sogar zu zerstören.
- ▶ Zusätzlich Drohungen (auch: zu verlassen, Kinder zu entziehen...), Entwertungen, familiäre Intrigen....

# Bei massiver körperlicher und/oder sexueller Gewalt mit dem Paar/der Familie

- ▶ Keine systemische (Paar-)Arbeit, wenn einer von beiden den/die andere/n misshandelt oder beide einander! Es droht daheim Bestrafung!
- ▶ Was dann? Partner trennen, jedem eine/n KollegIn an die Seite geben und auf Veränderung hin arbeiten.
- ▶ Wenn TäterIn sich nicht verändern will – nur mit dem Opfer weiterarbeiten. Es ermutigen/ermächtigen.
- ▶ Bei chronischer Gewalt: Sanktionieren! (Juristisch, Jugendamt etc.)

# Erstaunlich: Viele machen es besser als das, was sie selbst erlebt haben!

- ▶ Die Hälfte verstrickt sich NICHT wieder in Misshandlungsbeziehungen. (Resilienz)
- ▶ Ein Viertel bis die Hälfte liefern ihre Kinder NICHT wieder neuen Partnern zur Misshandlung aus.
- ▶ Wer „aussteigen“ kann, trägt zwar erst einmal die Last der Generationen.
- ▶ Doch begründet auch einen neuen Weg und ist ein gutes Beispiel für die nächsten Generationen und für alle, die sie (mit-)erleben dürfen.
- ▶ Viele PartnerInnen kämpfen um eine gute Beziehung jenseits ihrer eigenen Gewalterfahrung.
- ▶ Das verdient jede Unterstützung und lässt doch hoffen!