

„Circulus vitiosus“ in der Ehe

Fallbeispiel

Ein Ehepaar in mittleren Jahren bat um psychotherapeutische Beratung, weil das harmonische Eheleben seit längerem empfindlich gestört war. Die Ehefrau litt an tetanischen Anfällen, deren Häufigkeit in letzter Zeit erheblich zugenommen hatte. Vor allem, wenn sich ihr Ehemann nachts ihr nähern wollte, bekam sie regelmäßig einen Krampfanfall, was ihm nicht nur jede Zärtlichkeit verleidete, sondern auch den Verdacht in ihm aufkommen ließ, sie würde ihre Krankheit absichtlich vorschieben, um ihn abzuweisen. (Der „Rabe“ schrie ...) Die Frau bestritt dies heftig. (Die „Lerche“ antwortete ...) Weil ihr Mann jedoch skeptisch blieb, kam es vermehrt zu Zwistigkeiten zwischen den beiden. Verschärfend trat hinzu, dass sich auch die behandelnden Ärzte der Ehefrau über die Ätiologie des Anfallsgeschehens nicht einig waren, und das Wort „psychosomatisch“ bereits mehrmals gefallen war.

Nachdem ich die Arztbefunde gelesen hatte, klärte ich als Erstes das Ehepaar darüber auf, was „psychosomatisch“ bedeutet. Laien verwechseln häufig den Begriff „psychosomatisch“ mit dem Begriff „psychogen“, das heißt, sie setzen psychosomatische Erkrankungen mit seelisch verursachten Erkrankungen gleich. Psychosomatische Erkrankungen haben aber stets eine *somatische (= körperliche) Ursache*, und das einzig Seelische an ihnen ist die Tatsache, dass sie *seelisch ausgelöst* werden können. Gerade bei der Tetanie lässt sich dies leicht verständlich machen. Calcium- oder Magnesiummangel im Organismus, oft in Verbindung mit einer Unterfunktion der Nebenschilddrüse, ist im Wesentlichen die somatische Ursache tetanischer Anfälle. Der Mangel verschiebt, vereinfacht ausgedrückt, das Stoffwechselgleichgewicht nach der alkalischen Seite.

Dieses Gleichgewicht ist allerdings auch durch etwas anderes störbar, nämlich durch eine sogenannte Hyperventilation: ein verkrampftes, stoßweises Atmen, bei dem es zu einer CO_2 -Abhauchung kommt, die fast denselben alkalisierenden Effekt hat bezüglich des Gleichgewichts der Spurenelemente und Ionen im Blut. Wann aber kommt es zu einer Hyperventilation? Bei seelischer Aufregung. Und wann regt sich jemand seelisch auf? Wenn er meint, dass ihn etwas Negatives erwartet.

Somit genügte es, dass ein einziges Mal zufällig eines Nachts aufgrund des allgemeinen Calcium- oder Magnesiummangels bei der Frau ein tetanischer Anfall aufgetreten war, während sie und ihr Mann miteinander intim waren, um von da ab bei der leisesten Annäherung seinerseits die Angst vor einem neuerlichen Anfall bei ihr auszulösen. Eine Angst, die zur Hyperventilation führt, und über diese Hyperventilation einen Anfall produziert, der allein aufgrund ihres niedrigen Calcium- oder Magnesiumspiegels noch gar nicht aufgetreten wäre. Die „Circulus vitiosus“-Spirale dreht sich: Der Ehemann begehrt seine Frau, sie spürt sein Begehren und fürchtet sich vor einem Anfall, die Furcht vor dem Anfall bewirkt prompt einen Anfall, der Anfall bestätigt die vorhergehende Furcht der Frau als eine anscheinend wohlbegründete, was ihre Furcht in der nächsten ähnlichen Nacht sofort wieder hochpeitscht. Gleichzeitig bestätigt sich andauernd der Verdacht des Ehemannes, dass seine Frau ihre Anfälle just dann „erzeugt“, wenn er sie begehrt, was ihn an ihrer Zuneigung zu ihm zweifeln lässt.

Nachdem ich das Ehepaar über diese Kreuz- und Querverbindungen von Psyche und Physis informiert hatte, verlagerten wir unsere Arbeit auf die Ebene des menschlichen Geistes, in der Ängsten und Zweifeln heroisch getrotzt werden kann. Eingedenk der von *Frankl* erforschten paradoxen Phänomene und ihrer Verwendung für therapeutische Zwecke empfahl ich dem Mann, bis auf weiteres so zu tun, als begehre er seine Frau überhaupt nicht. Obwohl er nach wie vor lieb und freundlich zu ihr sein sollte (vielleicht noch ein bisschen freundlicher als zuvor, weil sein Misstrauen schließlich ungerechtfertigt gewesen war), sollte er sich, was das Körperliche betraf, äußerst zurückhaltend geben. Ein solches Verhalten, damit konnten wir rechnen, würde auf der Stelle die negative Erwartungsangst der Frau reduzieren, die ja an das sexuelle Drängen ihres Mannes gekoppelt war.

Parallel zu dieser Instruktion empfahl ich der Frau, des Nachts an alles andere als an ihre Krankheit zu denken, indem sie sich, wenn sie wach war, geistig mit ihrem Mann beschäftigte, seine guten Eigenschaften rekapitulierte etc. und, falls er ebenfalls wach war, versuchte, ihn ein wenig zu erobern. Wir verkehrten also das Spiel (das „Seppel“ lässt grüßen!): *Sie* sollte sich ihm zärtlich zuwenden, und *er* sollte eher bremsen, wenn auch auf liebevolle Weise.

Die beiden fanden meine Vorschläge reichlich seltsam, doch sie probierten sie offenbar aus, denn beim nächsten gemeinsamen Gespräch taten sie etwas verlegen, und als ich nachfragte, was los sei, berichtete der Mann verschämt, dass es zu einem erfüllenden sexuellen Erlebnis gekommen sei. „Ich wollte wirklich bremsen“, murmelte er, „aber dann ...“ Seine Frau ergänzte: „Es war, wie Sie sagten. Als ich mich auf meinen Mann konzentrierte und mich daran erinnerte, wie wir uns kennen gelernt haben, und wie lieb ich ihn heute noch habe, da vergaß ich meine Krankheit und alles ringsum, und auf einmal lag ich in seinen Armen, völlig entspannt, ohne jeden Krampf. Ich bin froh, dass ich weiß, dass dies überhaupt noch möglich ist.“

Die tetanischen Anfälle der Frau gingen auf ein Minimalmaß zurück; nur ein letzter Rest verblieb jenseits ärztlichen oder psychotherapeutischen Zugriffs. Dennoch erholte sich die Ehe der beiden vollkommen und intensivierte sich sogar, wie sie bei späteren Nachsorgekontakten übereinstimmend beteuerten.

Fallbeispiel

Auch ein anderes Ehepaar hatte sich in der Endlosspirale eines „*Circulus vitiosus*“ verfangen, und zwar zwischen Abweisung und Aggressivität. Ein bestimmtes abweisendes Verhalten des einen rief ein umso aggressiveres Verhalten des anderen hervor, und ein aggressives Verhalten des anderen ein umso mehr abweisendes Verhalten des einen.

Um den beiden aufzuzeigen, zwischen welchen Fehlpositionen ihre Beziehung eingeklemmt war, erzählte ich ihnen von zwei Zwergen, die einander gerne begegnen wollten, zwischen denen sich aber

ein großes Tor befand. Der eine Zwerg verschloss das Tor jedes Mal ängstlich, sobald er den anderen Zwerg mit einem wuchtigen Rammbock unter dem Arm herbeieilen sah. Der andere Zwerg besorgte sich von Mal zu Mal einen voluminöseren Rammbock, sobald er das Tor vor sich zugehen sah.

Ich stellte den Eheleuten die Aufgabe, die Frage zu beantworten, wie eine Begegnung der beiden Zwerge trotzdem gelingen konnte. Nachdenklich schwiegen sie. Nach einer Weile sagte die Frau mit zittrigen Lippen: „Der eine Zwerg muss das Tor offen lassen und dem anderen, der sich mit dem Rammbock nähert, *vertrauen*.“ Da nahm der Mann ihre Hand in die seine und fügte hinzu: „Und der andere Zwerg sollte den Rammbock weglegen und höflich ans Tor klopfen in der *Hoffnung*, dass ihm aufgetan wird.“ Plötzlich sahen sich beide an und lachten lauthals, denn jeder von ihnen wusste sehr wohl, wer der notorische Torschließer und wer der Rammbockstürmer war. Jeder hatte verstanden, was sein zu leistender Beitrag zur Verbesserung der partnerschaftlichen Beziehung war, und dass ohne Vertrauen und ohne Hoffnung nichts glücken kann.

Man darf mir glauben, dass ich von einem Rammbock und einem Tor weder vorher noch nachher jemals bei einer therapeutischen Sitzung gesprochen habe. Einzig *dieses eine Mal* ist mir das Gleichnis als ein hilfreiches Instrument in den Sinn gekommen, und so hat es bei diesem *einen* Ehepaar auch seinen Sinn gehabt. Dass es mir jedoch einfiel, war weniger ein Verdienst meiner Fantasie als vielmehr eine fantasievolle Improvisation auf dem Boden des *Franklschen* Menschenbildes, demzufolge der Mensch sich von seinen Schwächen zu distanzieren vermag, und der Humor als Krönung jener Selbstdistanzierungsfähigkeit festgezurrte Endlosspiralen noch sprengt.

Zurückhaltung ist
mitunter fortschrittsergiebiger
als Vorpreschen.