

VQK



Christiane Sautter

## **Eltern: Wunschbild – Feindbild**

Die unstillbare Sehnsucht  
nach bedingungsloser Liebe

Mit einem Nachwort von Martin Miller

Verlag für Systemische Konzepte



Die deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation  
in der Deutschen Nationalbibliographie

Christiane Sautter

Eltern: Wunschbild – Feindbild

Die grenzenlose Sehnsucht nach bedingungsloser Liebe

1. Auflage 2014

© 2014 by Verlag für Systemische Konzepte, Wolfegg  
Alle Rechte vorbehalten, auch der auszugsweisen  
Wiedergabe in gedruckten und elektronischen Medien

[www.verlagsystemkonzepte.de](http://www.verlagsystemkonzepte.de)

**Lektorat:** Sandra Vorschel, Margarete Willeke

**Redaktion:** Siegbert Denk

**Umschlaggestaltung:** ARTWEG unter Verwendung einer  
Graphik von CEUS Design

**Satz:** VSK, Wolfegg

**Autorenfoto:** Anja Wippich

**Zeichnungen:** Stephan Nachrainer. S. 75, 97, 113

**Druck:** CPI Ulm

Printed in Germany

ISBN: 978-3-9809936-8-5

## Inhalt

<b>SIND UNSERE ELTERN UNSER SCHICKSAL? .....</b>	<b>9</b>
--	----------

### Teil I

<b>DIE BEZIEHUNG ZWISCHEN ELTERN UND KINDERN IM SPIEGEL DER JAHRHUNDERTE .....</b>	<b>15</b>
Von Homer zum „Ganzen Haus“ .....	17
Orden oder Familie?.....	21
Die Kinder in der Aufklärung .....	26
Zwei Welten: Proletariat und Bürgertum .....	33
Ein Kind für den Führer .....	46
<i>Erziehung</i> .....	52
<i>Schule</i> .....	54
<i>Jugendbünde</i> .....	56
<i>Was Kinder im Dritten Reich lernten</i> .....	59
Der „Pillenknick“ und das Kind als Sinn des elterlichen Lebens.....	62

### Teil II

<b>WIE SICH FAMILIEN ORGANISIEREN.....</b>	<b>69</b>
Die Familie als lebendiges System .....	71
<i>Zugehörigkeit und Differenzierung</i> .....	75
Typische Verstrickungen .....	80
<i>Zusammen sind wir stark – die Koalition</i> .....	80
<i>Hilf mir, mein Leben zu meistern! –     Das parentifizierte Kind</i> .....	82
<i>Jemand muss schuld sein – der Sündenbock</i> .....	84
<i>Triangulation –     bestraft werden für die Fehler eines anderen</i> .....	86
Traumatisierende Familien .....	88
Schlimme Scheidungen .....	92
Doublebind – Familien in der Zwickmühle.....	95

Teil III	
<b>DER APFEL FÄLLT NICHT WEIT VOM STAMM .....</b>	105
Wie wir lernen .....	108
Wie wir das Gelernte ordnen – Regeln und Glaubenssätze.	112
Man kann nicht nicht erziehen .....	118
Die unfreiwillige Zeitreise der Eltern in die eigene Kindheit .....	129
Wie wir belastende Erlebnisse verarbeiten .....	134
<i>Typische Verhaltensmuster nach traumatischen Erlebnissen..</i>	136
<i>Typische Verhaltensmuster durch dysfunktionale Familienstrukturen</i>	140
<i>Typische Verhaltensmuster durch Doublebinds .....</i>	149
Teil IV	
<b>UND TÄGLICH GRÜSST DAS MURMELTIER</b>	
<b>WIE DAS UNBEWUSSTE SKRIPT GELEBT WIRD .....</b>	153
Drei ganz normale Familien .....	156
Das Delegieren der unstillbaren Sehnsucht an den Partner..	170
Wenn alte Eltern in der Zeitschleife steckenbleiben.....	187
Teil V	
<b>ABSCHIED VON WUNSCHBILD UND FEINDBILD ...</b>	201
Wie der Ausstieg aus dem alten Skript gelingen kann .....	204
<i>Was erlebte meine Familie?.....</i>	208
<i>Das Aufdecken des Familienmusters .....</i>	214
<i>Was steht in meinem Lebensskript? .....</i>	216
<i>Bedingungslose Liebe für mich selbst: Ich bin Ich .....</i>	223
Der Weg zum eigentlichen Ich: Andreas erzählt .....	224
Wie ich Martin Miller kennenlernte.....	234
Nachwort von Martin Miller .....	235
Vita der Autoren.....	239
Literaturverzeichnis .....	240
Nachweis der Quellen .....	245

*Und es erging an mich das Wort des Herrn:  
Was soll es, dass ihr im Lande Israels diesen Spruch im Munde  
führt:*

*„Die Väter haben saure Trauben gegessen, und den Kindern werden davon die Zähne stumpf?“*

*So wahr ich lebe, spricht Gott der Herr, ihr sollt fortan diesen  
Spruch in Israel nicht mehr im Munde führen. Wahrlich, alle  
Seelen sind mein!*

*Die Seele des Vaters wie die Seele des Sohnes – mein sind sie!  
Die Seele, die sündigt, die muss sterben.*

*Wenn aber einer gerecht ist und Recht und Gerechtigkeit übt,  
wenn einer in meinen Satzungen wandelt und meine Gesetze  
hält, indem er treulich darnach tut – der ist gerecht, der soll am  
Leben bleiben, spricht Gott der Herr.*

*Und nun sagt ihr: „Warum trägt nicht der Sohn die Schuld des  
Vaters mit?“, wo doch der Sohn Recht und Gerechtigkeit geübt  
und alle meine Satzungen gehalten und darnach getan hat! Er  
soll am Leben bleiben!*

*Die Seele, die sündigt, die soll sterben!*

*Ein Sohn soll nicht die Schuld des Vaters, noch ein Vater die  
Schuld des Sohnes mittragen. Nur dem Gerechten kommt seine  
Gerechtigkeit zu, und nur über den Gottlosen kommt seine Gott-  
losigkeit.*

*So kehret denn um, auf dass ihr lebet!*

*Hesekiel 18*





## SIND UNSERE ELTERN UNSER SCHICKSAL?

*Bei unserer Wahrnehmung von der Welt vergessen wir alles, was wir dazu getan haben, sie in dieser Weise wahrzunehmen.*

Francisco Varela

In den fünfzehn Jahren meiner Praxis- und Seminartätigkeit weihten mich einige Hunderte Klienten in ihre Kümmernisse und Sorgen ein. Nicht wenige waren der Überzeugung, die Ursachen ihrer aktuellen Schwierigkeiten lägen allein in ihrer Kindheit begründet und ihre Eltern seien dafür verantwortlich.

„Wenn mich meine Eltern anders behandelt hätten, wenn sie mir mehr Liebe und Anerkennung gegeben und mich so gesehen hätten, wie ich wirklich bin, dann wäre ich heute ein anderer Mensch und hätte viel weniger Probleme!“

Viele berichteten von traumatischen Erlebnissen, von körperlichen und seelischen Misshandlungen, von Sucht und sexueller Gewalt. Andere erzählten von Armut, von Flucht und Vertreibung, von traumatisierten Eltern, die ihre Kinder in einem Klima der Angst und Vorsicht aufgezogen, und alles getan hatten, um die geliebten Söhne und Töchter vor der bösen Welt zu schützen.

Dann gab es andere, zugegeben viel seltener, die berichteten, wie wunderbar ihre Kindheit gewesen sei. Diese Eltern hatten ihre Kinder geliebt, anerkannt und ihre Potentiale gefördert, und doch hatten auch diese Kinder als Erwachsene Schwierigkeiten: Sie verzweifelten daran, dass ihre Mitmenschen dem Ideal der glücklichen Kindheit so wenig entsprachen.

Die Beziehung zu Vater und Mutter scheint zu den zentralen Lebensthemen zu gehören. Die Eltern sind offensichtlich der Ursprung des Lebens, und die Beziehung zu ihnen hat eine fast magische Wirkung auf ihre Kinder: Gute Eltern verheißen den Himmel, böse Eltern die Hölle. So pendeln viele erwachsene

„Kinder“ zwischen dem starken Wunsch nach Autonomie und der als schmerzhaft empfundenen Abhängigkeit, zwischen der Sehnsucht, sich endlich emotional abzunabeln und dem Verlangen nach Bestätigung, Liebe und Anerkennung durch die Eltern.

Gibt es in jedem von uns dieses „Kind“, das die Erfüllung seiner Bedürfnisse mehr oder weniger ungeduldig einfordert? Wozu sind Eltern verpflichtet und wann jagen erwachsene Kinder einem unerfüllbaren Wunschbild nach? Und warum scheint es so schwierig, mit der Vergangenheit abzuschließen und die Gegenwart im gewünschten Sinne selbst zu gestalten?

Fakt ist, dass Kinder in ihren Familien die Grundlagen für ihr erwachsenes Leben erwerben. Alles, womit ein Mensch ausgestattet ist, um in der Gesellschaft und in seinen persönlichen Beziehungen zurechtzukommen, lernt er bei den Menschen, mit denen er aufwächst. Natürlich spielen die Erfahrungen der Eltern eine große Rolle, denn deren Lösungsstrategien werden meist unreflektiert an die nächste Generation weitergereicht.

Das Leben auf diesem Planeten scheint seit Jahrtausenden auf diese Art und Weise organisiert zu sein: *„Er (Gott) verfolgt die Schuld der Väter an den Söhnen und Enkeln, an der dritten und vierten Generation.“* (1)

Möglicherweise ist dieses Bibelzitat ja nicht der Beweis für die Strenge Gottes im Alten Testament, sondern eine für diese Zeit außerordentlich fortschrittliche psychologische Aussage über das Weitergeben von Verhaltensmustern und Glaubenssätzen in Familien. Heute drücken wir diese Erkenntnis ganz anders aus, wie der folgende Buchtitel zeigt:

*„Transgenerationale Weitergabe kriegsbelasteter Kindheiten, interdisziplinäre Studien zur Nachhaltigkeit historischer Erfahrungen über vier Generationen“* (2).

Doch gibt uns dies das Recht, unsere Eltern für das, was sie an uns weitergegeben haben, verantwortlich zu machen?

Wo machen sich Eltern wirklich schuldig, und wo projizieren (s. S. 84) wir aufgrund eigener unerfüllter oder gar unerfüllbarer Wünsche ein Feindbild auf Vater und Mutter, die aufgrund eigener unerfüllter oder unerfüllbarer Wünsche nicht geben konnten, was wir so gern gehabt hätten?

Auf diese Frage gibt es keine einfache Antwort. Eltern sind Menschen, die Fehler machen, Fehler, die auch ihre Söhne und Töchter machen, was diesen spätestens dann auffällt, wenn sie eigene Kinder haben. Doch gibt es auch die Eltern, die ihre Kinder quälen, misshandeln, missbrauchen und traumatisieren, und es gibt alte Eltern, die ihren erwachsenen Kindern das Leben zur Hölle machen, indem sie diese mit ihren Erwartungen und Forderungen in fortdauernde Loyalitätskonflikte stürzen.

Dieses Buch betrachtet das Thema aus verschiedenen Blickwinkeln:

In Teil I untersuche ich die Familie aus der historischen Perspektive und fasse die größeren gesellschaftlichen und kulturellen Zusammenhänge mit Hilfe der Familiensoziologie, der Geschichte, der Literatur und der Religionswissenschaft zusammen, einschließlich einer ausführlichen Auseinandersetzung mit der Prägung, welche die „*ganz normalen Deutschen*“ in ihrer Kindheit und Jugend durch die nationalsozialistische Erziehung in der Schule und der Hitlerjugend erhielten.

In Teil II gehe ich einen Schritt näher an die Familie heran, indem ich auf der Grundlage der Erkenntnisse der systemischen Psychotherapie darstelle, wie sich Familien organisieren und weshalb sie zuweilen Zuflucht zu destruktiven Verhaltensweisen nehmen.

In Teil III begeben sich in die Familie hinein und zeige auf, wie Kinder in ihren Familien lernen, wie sie erzogen werden und was sie daraus machen.

In Teil IV betrete ich die individuelle Ebene. Wie gestalten Erwachsene ihr Leben aufgrund des in ihrer Kindheit erworbenen

Lebensskripts? Welche Sehnsüchte werden an den Partner delegiert? Und welche Schwierigkeiten entstehen dadurch, dass alte Eltern ihr unbewusstes Drehbuch ausagieren? Die persönlichen Beiträge dazu wurden mir freundlicherweise von Klienten zur Verfügung gestellt.

In Teil V endlich geht es darum wie es mit therapeutischer Unterstützung gelingen kann, das unbewusste Lebensskript zu entschlüsseln und durch ein aktuell passendes, erwachsenes Drehbuch zu ersetzen.

Ich verwende Zitate aus der Literatur, um die Stimmung der beschriebenen Zeit erlebbar zu machen. An dieser Stelle möchte ich dem Verleger Roland von Ziehlberg danken, der meine Recherchen enorm erleichterte, indem er mir Zugang zum Archiv seines Zeitungsverlags, der Uetersener Nachrichten, ermöglichte.

Ein Wort zu den Quellen: Plagiate sind seit einigen Jahren in aller Munde. Obwohl ich mit diesem Buch nicht nach wissenschaftlicher Anerkennung strebe, habe ich meine Quellen korrekt angegeben. Um das Schriftbild nicht zu überlasten, können diejenigen, die wissen wollen, woher ich meine Informationen bezogen habe, das Quellenverzeichnis am Ende des Buches studieren. Dort sind auch die englischen Originaltexte zu finden, die ich, der Einfachheit halber, ins Deutsche übersetzt habe.

Es gibt keine Beobachtung ohne den Beobachter! Der Überblick, den ich Ihnen in diesem Buch zu ermöglichen versuche, ist deshalb natürlich subjektiv. Ich habe die Informationsquellen nach bestem Wissen und Gewissen ausgewählt, und ich weiß, dass ich Vieles nicht berücksichtigen konnte, denn ich bin weder Historikerin, noch Soziologin, sondern Therapeutin, und ich habe leider kein Forschungsstipendium, das mich ernährt und mir viel Zeit zur Verfügung stellt, sondern arbeite ganz normal in meiner Praxis und in meinem Institut. Ich kann also längst nicht so gründlich recherchieren, wie ich es gerne täte. Das, was ich in

diesem Buch beschreibe, ist deshalb meine persönliche Sicht und nicht „die Wahrheit“.

Die Frage, ob und inwieweit Eltern für das, was sie ihren Kindern mitgeben, angetan oder vorenthalten haben, verantwortlich zu machen sind, will dieses Buch nicht beantworten. Möglicherweise kann es dazu beitragen, die eigene Geschichte aus einer anderen Perspektive zu betrachten. Durch die neue Perspektive kann es gelingen, die Vergangenheit neu zu bewerten. Trotz allem kommt es in erster Linie darauf an, was wir heute aus unseren Erfahrungen, unseren Verletzungen und Prägungen machen. Oder, um mit Robert Louis Stevenson zu sprechen:

*Im Leben geht es nicht darum, ein gutes Blatt zu haben,  
sondern darum, auch mit schlechten Karten gut zu spielen.*

Möge auch dieses Buch dem Wohle aller Wesen dienen!

*Christiane Sautter*