



Therapeutendilemma:

Toxisches Verhalten des Gegenübers

Der zugefügte Schmerz ist dann am stärksten, wenn die Schmerzzentren im anterioren cingulären Cortex aufgrund eines psychischen Leidens aktiviert werden. Er hält häufig länger als ein physisch zugefügter Schmerz an. Welches Steuerungsvermögen Schmerzen für die sozialen Interaktionen, das Gemeinschaftsgefühl und die psychische Stabilität haben wird hier nicht unbedingt weiter erläutert, weil es mittlerweile als selbstredend gilt.

Damit Menschen leben, also nicht nur überleben oder einfach nur existieren, sondern wirklich leben, sind sie auf andere Menschen angewiesen. Ibn Khaldun wies dieses in seinen ersten soziologischen Studien im vierzehnten Jahrhundert nach und Darwin stellte ebenfalls klar, dass der Mensch überlebt, weil er nicht stärker im Sinne von vernichtender ist, sondern weil er kommunikativ und kooperativ ist. Die verbreitete Fehlinterpretation vom „survival of the fittest“ in „Überleben des Stärkeren“ begünstigte seinerzeit kriegerische und raubtierkapitalistische politische Tendenzen und legitimierte egoistisch-rücksichtsloses Verhalten. Die inhaltlich- und kontextangepasste Interpretation der Aussage Darwins tendiert eher nach „Überleben der am idealsten angepassten Menschen“. Dieses wiederum stellt das Miteinander in den Mittelpunkt und erhebt die Kooperation und die Kommunikation zu den Grundwerten konstruktiver gesellschaftlicher Prozesse.

Zum Kommunizieren und zum Kooperieren bedarf es ein Gegenüber, mit dem eine wechselseitige Beziehung eingegangen werden kann. Zur Wechselseitigkeit gehört nicht nur das Geben und Nehmen, sondern und vor allem die gegenseitige Wertschätzung und Respekt.

Die Entfernung von diesen Werten führt zu einem Angriff auf die Integrität eines anderen Menschen und torpediert ohne Zweifel die hier intendierten positiven Prozesse. Ein solcher Angriff beruht nicht auf Respekt und erst recht nicht auf Wertschätzung. Da ein Angriff nicht selten, aus dem Schmerz entsprungen, einen Gegenangriff auslöst und dieser wiederum gekontert wird, entwickelt sich eine augenscheinlich kaum zu entwirrende Spirale, die dem beratenden Therapeuten schlussendlich vorgetragen wird.

Von Menschen mit einem toxischen Verhalten spreche ich immer dann, und verwende hier einen viel zitierten Begriff, der selten sein eigenes Synonym ist, wenn die Person, die die Integrität des Gegenübers angegriffen hat und sich am lautesten über den resultierten Gegenangriff beschwert. Sie täuscht eine Verletzung vor, konfabuliert oder erlebt sie tatsächlich, um um Hilfe und Unterstützung zu bitten und sich im Endeffekt so von der Verantwortungsübernahme für das eigene Handeln zu drücken.

Dieses Verhalten wohlwollend einzig als einen Abwehrmechanismus zu bewerten, wäre eine Beleidigung des Bewusstseins, weil dieses Verhalten zwar in der persönlichen Bewertungsbasis eines Menschen verankert ist und seine Handlungen (unbewusst) steuert, es aber in den häufigsten Situationen bewusst zum Einsatz gebracht wird. Bei einem näheren und konzentrierteren Hinsehen ist allerdings eine Methode zu erkennen.

Diese Form der Abwehr ist nicht selten in klärenden Konfliktgesprächen während Familien- oder Paartherapien zu beobachten. Eine Person greift subtil, evtl. mit einem Lächeln und den Blickkontakt haltend, unter Verwendung zweideutiger Botschaften eine andere Person an. In einigen Situationen wird der Angriff umgehend relativiert und augenscheinlich zurückgenommen, wohlwissend, dass die Botschaft angekommen ist. Diese Äußerung wird von der Zielperson genau verstanden und als das bewertet, was sie ist: ein Angriff auf die persönliche Integrität. Dieses führt dann häufig zu einem verteidigenden Gegenangriff, mit dem Ziel sich selbst zu schützen.

Die Angreifende Person täuscht dann vor, die eigene Emission vergessen oder nicht so gemeint zu haben und stilisiert ihren Schmerz über den Gegenangriff sich selbst viktimisierend. Die Viktimisierung ist der Prozess, wenn ein Mensch seine Identität auf das Persönlichkeitsmerkmal „Opfer sein“ reduziert und alle auf ihn einströmenden Botschaften unter diesem Aspekt bewertet. Dieser zur Schau gestellte Schmerz, die offensichtliche Verletzung und das nicht Verstehen der Dynamik haben als Ziel, den Therapeuten zu instrumentalisieren, ihn aus der Parteilosigkeit zu ziehen und ihn zum persönlichen Verteidiger zu diskreditieren.

Des Weiteren werden mit diesem Verhalten eine Ablenkung vom eigentlichen Thema und die Vermeidung mit der Konfrontation sowie die Verantwortungsübernahme vermieden. Der Angreifer hat also einen schmerzlichen Angriff gestartet und durchgeführt, weint am lautesten und ist nicht bereit die Verantwortung für sein Handeln zu schultern.

Da die Gestaltung dieses toxischen Verhaltens sehr subtil ist, erfordert es das wachsam-wahrnehmende Auge bzw. Ohr des erfahrenen Therapeuten, damit dieser sich in seiner Orientierung nicht verliert und einen chronologischen Ablauf präsent hat und rekonstruieren kann.

Empathische Therapeuten haben stets die Gefahr einer Gegenübertragung oder Partei ergreifung d.h. sie werden Teil des Konflikts und/oder positionieren sich, indem sie Mitleid mit dem am lautesten schmerzschreienden haben und für ihn Partei ergreifen.

Wenn aus dem normalen Mitschwingen, der Resonanz, eine Ansteckung wird und die Viktimisierung des Angreifers vom Therapeuten in das eigene Selbstbild aufgenommen wird, gelingt die Integration dieses Menschen nicht im therapeutischen Prozess. Vielmehr wird der Prozess im toxischen Verhalten integriert.

Der Therapeut ist sich seines Handelns nicht mehr bewusst und reagiert entsprechend dessen, was ihm die Person mit dem toxischen Verhalten zuwirft und übernimmt somit die ihm zugewiesene Rolle. Danach erfolgt eine Positionierung, wenn die Therapierende sich nun auf die Seite dieses „Lauteren“ schlägt und die logische Chronologie missachtet.

Der Angreifer fühlt sich bestätigt, übernimmt die Verantwortung für seine Worte und seine Handlungen nicht, der Angegriffene fühlt sich im Stich gelassen und schweigt. Der Prozess wird augenscheinlich als erfolgreich bearbeitet und abgeschlossen bewertet, ist aber ein großer Misserfolg: ein Desaster.

Fazit

Aus diesem Grund entsteht aus einem toxischen Verhalten ein Therapeutendilemma, da beide Parteien offensichtlich verstanden werden. Dieses Dilemma torpediert eine erfolgreiche Intervention, vermittelt aber den Anschein eines Erfolgserlebnisses. Um nicht ein Teil des Dilemmas zu werden ist es wichtig, dass die Therapeuten in ihrer Ausbildung intensiv supervisorisch begleitet werden und sich ihrer Selbst, ihrer Emotionen, ihrer Gefühle und ihrer tiefgreifenden Bedürfnisse bewusst werden. Sie also Kenntnis über ihre eigene Bewertungsbasis erlangen. Vor allem geht es hier darum zu wissen, wie eine Opfer- und Täteridentität im eigenen Ich des Therapierenden verankert sind und welches Element sich bei welcher Aussage angesprochen fühlt. Ebenso ist es notwendig die gemachten Erstaussagen auch im weiteren Prozess Präsent zu halten, stets die Chronologie zu visualisieren und nicht einzig auf zuletzt geäußertes, ausführlicheres oder lauterer zu reagieren.