

Krank werden durch belastende Beziehungserfahrungen

„Bei vielen Patienten geht man heute davon aus, dass sie nicht unter konflikthaftern infantilen Triebregungen leiden, die sich mithilfe von Erkennen und Verstehen transformieren lassen, sondern dass es um Hemmungen der persönlichen Entwicklung geht. Mängel in der elterlichen Betreuung während der ersten Lebensjahre werden für Beeinträchtigungen in der Herausbildung eines vollständig zentrierten, integrierten Selbstempfindens, der Subjektivität des Patienten, verantwortlich gemacht. Demnach braucht der Patient weniger Klärung und Einsicht als vielmehr das anhaltende Erlebnis, gesehen zu werden, persönlich angesprochen und ganz generell geschätzt und umsorgt zu werden.“

Stephan Mitchell¹

Mitchell geht demnach davon aus (und mit ihm auch viele andere), dass eine wesentliche Ursache von psychischen Erkrankungen in krankmachenden Beziehungserfahrungen liegt.² Welcher Art von Erfahrung eine besonders schädliche Wirkung für uns haben kann, werde ich auf den nächsten Seiten beschreiben. Im groben Unterscheide ich dabei drei verschiedene Weisen von Verbundenheitserlebnisse: die qualitative Unverbundenheit, die schädliche Verbundenheit und die unpassende Verbundenheit.

¹ Yalom (2019), S. 233.

² „Psychische Symptome entstehen durch Störungen in interpersonalen Beziehungen.“ (Yalom 2019, S.74) oder: „Der Klient ist vielleicht wegen Suchtmittelmissbrauchs, Depressionen oder wegen eines Selbstmordversuchs eingewiesen worden. Solchen Verhaltensweisen oder Ereignissen liegen jedoch fast immer starke Spannungen oder Störungen in interpersonalen Beziehungen zugrunde.“ (Yalom 2019, S. 547).