

 reinhardt

Susanne Mertens
Johanna M.

Der Elefant, der nicht geträumt wurde

Eine Psychotherapie mit Fritz Riemanns
Persönlichkeitsmodell

Mit 8 Farb- und 24 Schwarz-Weiß-Abbildungen

Ernst Reinhardt Verlag
München Basel

Dipl.-Psych. Dipl.-Päd. *Susanne Mertens*, St. Augustin / Bonn, ist Einzel-, Paar- und Gruppentherapeutin in eigener Praxis und Supervisorin bei sozial-pädagogischen Einrichtungen sowie für ehrenamtliche MitarbeiterInnen des Kinder- und Jugendtelefons und der Telefonseelsorge.

Johanna M. nahm an gruppen- und einzeltherapeutischen Angeboten von Susanne Mertens teil.

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek

Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

ISBN: 978-3-497-02042-3 (Print)

ISBN: 978-3-497-60313-8 (PDF)

© 2008 by Ernst Reinhardt, GmbH & Co KG, Verlag, München

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne schriftliche Zustimmung der Ernst Reinhardt GmbH & Co KG, München, unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen in andere Sprachen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Printed in Germany

Reihenkonzeption Umschlag: Oliver Linke, Augsburg

Satz: Arnold & Domnick, Leipzig

Druck und Bindung: Friedrich Pustet, Regensburg

Ernst Reinhardt Verlag, Kemnatenstr. 46, D-80639 München

Net: www.reinhardt-verlag.de Mail: info@reinhardt-verlag.de

Inhalt

Vorwort von Johanna M. **7**

Vorwort von Susanne Mertens **10**

1 Erste Begegnungen **12**

2 Die Lebensgeschichte **15**

3 Bestandsaufnahme bei Therapiebeginn **42**

4 Exkurs: Der tiefenpsychologische Ansatz **47**

5 Die Psychodynamik **52**

6 Exkurs: Gestalttherapie und Psychodrama **60**

7 Das erste Therapiehalbjahr und seine Bilder **64**

8 Der Elefant, der nicht geträumt wurde **89**

9 Exkurs: Fritz Riemann und die Grundformen der Angst **92**

10 Die Elefantenbilder **97**

11 Die therapeutische Arbeit mit den Elefantenbildern **107**

12 Dreierzyklus zur Essstörung **114**

13 Wie es weiterging **125**

Nachwort von Johanna M. **140**

Nachwort und Danksagung von Susanne Mertens **143**

Literatur **145**

Die Farbseiten befinden sich nach S. 96.

Vorwort von Johanna M.

Der Gedanke, ein Buch über unsere therapeutische Arbeit, und damit verbunden, über einen Teil meiner Bilder zu veröffentlichen, kam von meiner ehemaligen Therapeutin Susanne Mertens.

Ich selbst hatte, unabhängig von ihr, auch schon mit dem Gedanken gespielt, einmal etwas über meine Bilder zu schreiben, hatte es mir bis jetzt aber nicht zugetraut. Stattdessen habe ich in den letzten Jahren auf kleinen Kunsthandwerkmärkten einige meiner Bilder ausgestellt, und zwar nicht zum Zwecke des Verkaufs, sondern um mit interessierten Besuchern darüber sprechen zu können. Ich kann mich von keinem meiner Bilder trennen, weil jedes für mich einen bestimmten Lebensabschnitt darstellt und mit bestimmten Erlebnissen verbunden ist. In diesen oft sehr fruchtbaren Gesprächen stellte ich fest, dass andere Menschen mit ähnlichen Problemen zu kämpfen haben wie ich. Meine Selbstbildnisse z.B., von denen ich dachte, dass sie nur für mich Bedeutung hätten, und die mir wegen ihrer technisch naiven Falschheit anfangs zu peinlich waren, um sie überhaupt jemandem zu zeigen, halfen manchem, intensiver mit sich selbst in Kontakt zu kommen.

Ich versuchte, Mut zu machen, selbst solche klärenden und damit heilenden Bilder zu malen, denn als ich damit anfang, 1989 in den Ferien am Meer, hatte ich keinerlei künstlerische Ausbildung.

In dem kleinen Ferienort in Südfrankreich wurde ein Malkurs „Naive Malerei“ angeboten. Irgendwie sprachen mich die ausgestellten Bilder an, und ich ging nachmittags mehrmals in der Woche zu den Kurstreffen. Dort war eine sehr nette französische Künstlerin und wir verständigten uns mit Gebärden und Blicken. Technische Vorkenntnisse waren keine erforderlich. Alle saßen um einfache Tische; Acrylfarben, Pinsel und Wassertöpfe standen überall herum. (Acrylfarbe ist wasserlöslich und deckt alles ab, was einem nicht gefällt, und kann so lange übermalt werden, bis man zufrieden ist.)

Jeder Neue suchte sich aus einem Stapel Postkarten eine heraus, die ihm irgendwie zusagte, und versuchte, sie nachzumalen. Ich wählte eine Postkarte mit einer jungen Frau im Park, die mich anrührte, wie sie so alleine dastand. Schon nach der ersten Stunde wusste ich, dass mir diese Tätigkeit sehr gut tat. Sie entspannte mich und brachte mich gleichzeitig zum Nachdenken über das, was ich gerade malte.

Am ersten Tag versuchte ich, möglichst genau das Vorbild nachzumalen, aber schon bald erkannte ich mich selbst in der jungen Frau wieder und verließ die Postkartenvorlage. Ich dachte an meine eigene Lebenssituation: allein stehende Witwe mit Hund und Katze und drei erwachsenen Söhnen. So nach und nach entstand mein erstes Bild. Es zeigte eine Frau mit einer Katze auf dem Arm, einem großen Hirtenhund an ihrer Seite und drei jungen Birken im Hintergrund, die für meine Söhne standen. Ich war sehr zufrieden mit dem fertigen Bild, wenn auch die Gesichtszüge der Frau etwas verschwommen waren.

Nach den Ferien zu Hause meldete ich mich zusammen mit einer lieben Kollegin zu einem Malkurs an der Volkshochschule an. Wir beide hatten viel Spaß, aber schon nach einigen Stunden langweilten mich die dort gestellten Aufgaben sehr. Ich merkte auch, dass die anderen das alles viel besser konnten.

Wir sollten plakatgroß möglichst großflächig malen. Ich malte aber lieber überschaubar klein, so in der Größe eines DIN-A3-Zeichenblocks. Die Aufgabe war, den Faltenwurf eines über einen Stuhl gehängten Betttuches zu zeichnen. Das war nun das Letzte, was ich wollte. Ich brachte deshalb eine selbst hergestellte Puppe mit in den Kurs und übte den Faltenwurf an dem Kleidchen der Puppe. Ich benutzte meine eigene Acrylfarbe und malte auf grauer Malpappe. Das befriedigte mich wesentlich mehr. Die Leiterin des Kurses hatte nichts gegen meinen Alleingang und zeigte mir, wie die Farben mit Wasser zu mischen seien.

Danach besuchte ich nie mehr einen Malkurs. Das hätte mich nur frustriert, weil ich die Bilder der anderen viel besser fand. Die Antriebskraft für meine Malerei war nicht eine korrekte Darstellung, sondern das dringende Bedürfnis, beim Malen über mich und mein Leben nachzudenken und mich gleichzeitig zu entspannen. Ich malte nur für mich allein, befreite mich von den Gedanken der Perspektive, der Schattenbildung oder Porträtähnlichkeiten, denn das hätte ich nie zufriedenstellend lernen können. Vor allem hätten mich diese technischen Überlegungen vom Inhalt der Bilder abgelenkt. Ich hätte das für mich Wichtige gar nicht ausdrücken können.

In den folgenden Jahren malte ich zu meiner Entspannung viele Bilder, z. B. von meinen Enkelkindern, wie ich sie mir in ihrer häuslichen Umgebung vorstellte. Es entstanden aber auch schon Bilder, mit denen ich versuchte, belastende Erlebnisse zu verarbeiten.

Situationen und Gefühle, die mit Worten nur schwer zu beschreiben sind, lassen sich auf diese Weise ausdrücken. Während des Malens kreisen meine Gedanken um das Problem, und bei besonders schwierigen Fragen wähle ich manchmal sogar einen zeitaufwendig herzustellenden karierten Fußboden, um diesen Prozess noch zu vertiefen.

Taucht ein solcher in meinen Bildern auf, ist es deshalb stets ein Indiz dafür, dass mich das dargestellte Thema stark belastet. Auch Spinnen haben eine besondere Bedeutung. Ich habe eine Spinnenphobie, und wenn sie in meinen Bildern auftauchen, deuten sie auf einen Konflikt hin.

Als ich einige Jahre später in der Therapie meine Lebensprobleme weiterzulösen versuchte, wurden die Bilder sehr wichtig für die Aufarbeitung einzelner Sitzungen. Durch die Gespräche bekam ich einen gedanklichen Anstoß, den ich in einem Zustandsbild, manchmal auch schon in einem Lösungsbild weiterverarbeitete. Öfters malte ich auch Bilder, die Szenen aus meinen Träumen darstellten. Ein solcher Traum und die daraus entstandenen Bilder wurden zum Ausgangspunkt unserer Überlegungen, dieses Buch zu schreiben, und haben auch in dem Titel „Der Elefant, der nicht geträumt wurde“ ihren Ausdruck gefunden.

Vorwort von Susanne Mertens

Eine Sammlung von Bildern, entstanden im Verlaufe einer Psychotherapie, gab den Anstoß, dieses Buch zu schreiben. Dargestellt sind Lebensthemen, Traumszenen, Gefühle, die von meiner damaligen Klientin Johanna M. in naiver Malerei zum Ausdruck gebracht wurden.

Die Idee, den in Bildern „geronnenen“ inneren Wachstumsprozess in einem gemeinsamen Buch zu veröffentlichen, entstand aus Folgenden:

Zum Ende der Therapie schenkte mir Johanna Kopien einiger ihrer Bilder, die ich in meinem Gruppenraum aufhängte. Immer wieder erlebte ich in den Jahren danach, dass andere Klienten vor allem die „Elefantenbilder“ für ihren eigenen Erkenntnisweg nutzen konnten. Insbesondere wenn es darum ging, die individuelle Persönlichkeitsstruktur mitsamt ihren blinden Flecken zu verdeutlichen, waren diese überaus hilfreich. Ich nutzte die vier Bilder zunehmend gezielt als therapeutisches Instrument zur Aufdeckung und Integration verdrängter Persönlichkeitsanteile.

Mehr und mehr bekam ich den Eindruck, dass das, was Johanna in genialer Schlichtheit auf die Leinwand gebracht hatte, einen großen Schatz darstellte, der weitere Veröffentlichung verdiente – und zwar nicht nur in Form einer Zurschaustellung der Bilder, sondern in Verbindung mit der Darstellung des geistig-seelischen Hintergrundes, der zu ihrer Entstehung beigetragen hat.

Das Schildern dieses Hintergrundes im Hinblick auf Johannes eigenes Erleben und aus therapeutischer Sicht ist Sinn und Zweck unseres gemeinsamen Buchprojektes. Zugleich ist es mir ein Anliegen, Kollegen und interessierten Laien die Elefantenbilder als therapeutisches Instrument näherzubringen.

Johanna hat sich dieses Pseudonym für unser Buch selbst gegeben, so wie sie auch für alle anderen in ihrer Geschichte erwähnten Personen zur Anonymisierung andere Namen gewählt hat.

Zur besseren Lesbarkeit sind Johannes Texte durch serifenlose Schrift mit Initialen gekennzeichnet. Ihre Tagebuchauf-

zeichnungen aus früheren Jahren können durch das beigefügte Datum von den eigens für dieses Buch angefertigten Beiträgen unterschieden werden.

1 Erste Begegnungen

Als Johanna im Juni 1994 als Klientin zu mir kam, war ihr Leben durch folgende Umstände bestimmt:

Sie war 62 Jahre alt, arbeitete als Grundschullehrerin und lebte in einer Wohngemeinschaft mit ihren beiden älteren Schwestern Marianne und Elisabeth sowie Mariannes Partner Ludwig. Elisabeth war seit zehn Jahren infolge eines Schlaganfalls pflegebedürftig und wurde von den drei anderen gemeinsam betreut.

Kennengelernt hatte ich Johanna einige Wochen zuvor als Teilnehmerin einer Frauen-Selbsterfahrungsgruppe, die ich als 10-wöchigen Kurs in einem Bildungswerk angeboten hatte.

Beim ersten Eindruck fiel sie mir dadurch auf, dass sie sehr viel Jugendlichkeit ausstrahlte. Mit ihrem Zopf, der seitlich geflochten und stets mit einer schönen schwarzen Samtschleife zusammengebunden war, hatte sie trotz grauer Haare etwas sehr Mädchenhaftes. Ihre vorsichtige, manchmal fast schüchterne Art verstärkte diesen Eindruck noch. Johanna drängte sich mit ihren Themen nie in den Vordergrund, zeigte den anderen Teilnehmerinnen gegenüber viel Aufmerksamkeit und Mitgefühl, war aber auch bereit, Eigenes offen und ehrlich zu berichten, wenn sie an der Reihe war. Bei Johannas Schilderungen fiel dann immer wieder auf, in welchem Maße sie ihre zum Teil sehr schwierigen Lebensumstände klaglos hinnahm.

Ein Ereignis ließ mich Konsequenzen von Johannas Anpassungsbereitschaft unmittelbar miterleben. Nach so vielen Jahren muss ich immer noch schmunzeln, wenn ich daran denke.

An einem der Gruppenabende rief Johanna mich vorher zu Hause an und teilte mir mit, dass sie gemeinsam mit ihrer pflegebedürftigen Schwester zur Gruppe kommen müsse. Ludwig und Marianne hätten keine Zeit, Elisabeth zu versorgen, und da diese ja doch nur die meiste Zeit schlafen würde, habe Ludwig empfohlen, dass Johanna gemeinsam mit Elisabeth an der Gruppe teilnehmen könne.

Da ich mir nicht vorstellen konnte, dass es angesichts der mittlerweile erreichten Intimität in der Gruppe nicht stören würde, eine fremde Frau teilnehmen zu lassen, deren geistige Verwirrung eine weitere für mich nicht zu kalkulierende Kom-

ponente darstellte, lehnte ich dies ab. Darauf schlug Johanna vor, Elisabeth während der zwei Stunden in einem der leer stehenden Gruppenräume „schlafen zu legen“. Etwas irritiert über die Realisierbarkeit dieses Vorschlages, gleichzeitig aber auch gerührt über die Vehemenz, mit der Johanna für ihre Gruppenteilnahme an diesem Abend kämpfte, willigte ich ein.

Die beiden Frauen reisten also mit Bus und Bahn und einer Wolldecke zum Zudecken für Elisabeth an. Als die Gruppenarbeit begann, hatte Johanna ihrer Schwester bereits in einem anderen Gruppenraum auf einer Matratze ein provisorisches Bett gebaut. Als sie nach ca. einer Stunde nachschauen ging, ob Elisabeth auch noch friedlich schlafe, war diese verschwunden.

Ein Mitarbeiter des Hauses hatte sie in dem Raum vorgefunden und „nach Hause geschickt“, nicht wissend, dass Elisabeth allein gar nicht nach Hause finden konnte. Unsere Gruppenarbeit fand ein jähes Ende, denn angesichts der Panik, in der Johanna sich nun befand, waren auch wir anderen in heller Aufregung. Wir teilten uns auf in mehrere Suchtrupps, die in verschiedene Richtungen ausströmten, um eine uns unbekannte 65-jährige desorientierte Frau mit einer Wolldecke zu suchen.

Johanna selbst fand sie schließlich im Bahnhofsgebäude. Dorthin, wo man bei der Hinfahrt auch angekommen war, war Elisabeth instinktiv zurückgegangen, um nach Hause zu kommen. Die Bahnhofspolizei hatte die in eine Wolldecke gehüllte, offenbar geistig verwirrte Frau aufgegriffen.

So fand das Abenteuer ein gutes Ende – mir hinterließ es allerdings einen Eindruck dessen, wie Johanna sich in ihrem vergangenen und auch gegenwärtigen Leben immer wieder gefühlt haben und fühlen musste: Andere Personen setzten eine Bedingung („Wir haben keine Zeit; du kannst schließlich auch mit Elisabeth an deiner Frauengruppe teilnehmen.“), die eigentlich unzumutbar war. Aufgrund der eigenen inneren Dynamik unfähig, diese Unzumutbarkeit zu erkennen, geschweige denn zu benennen, geriet Johanna in absoluten Stress, um die Situation überhaupt bewältigen zu können. Selbst als die Panik und die körperliche Verausgabung nach dem Dauerlauf durch die Stadt sich durch Wiederfinden von Elisabeth legten, konnte Johanna keinerlei Ärger oder Wut über den verpatzten Gruppenabend spüren. Es waren eher Schuldgefühle, nicht gut genug für Elisabeth gesorgt zu haben und nun dankbar sein zu müssen, dass

alles noch so glimpflich ausgegangen war, die Johanna bewegen.

Auch ich konnte am eigenen Leib etwas von den Schuldgefühlen empfinden: Hätte ich vielleicht doch gestatten sollen, dass eine Teilnehmerin ihre geistig verwirrte Schwester mit in die Gruppe bringt, weil sonst niemand auf diese aufpassen kann? Und ich spürte auch die Erleichterung, dass nichts Schlimmes passiert war, an dem ich mich sonst hätte mitschuldig fühlen müssen.

Gleichzeitig gab es in mir aber auch eine andere Stimme, die sagte: „Hoppla, wer wagt es in solch drastischer Weise, Einfluss auf die Gestaltung eines von mir geleiteten Gruppenabends zu nehmen? Wer wagt, darüber zu urteilen, ob meine Gruppenarbeit die Teilnahme einer völlig fremden, geistig verwirrten Frau zulässt – selbst wenn diese eventuell auf dem Boden liegt und schläft? Was ist mit Johanna, dass sie die Vorgaben von anderen bis zur Selbstaufgabe zu erfüllen versucht und diesen Druck dann auch an mich weitergibt?“

Diese Fragen hinterließen mir ein Gefühl der Ambivalenz – einerseits des Zorns, den ich stellvertretend für Johanna erlebte, und andererseits des Mitgefühls für sie, die verzweifelt versuchte, allen gerecht zu werden.

Als ich begann, mit Johanna in meiner Praxis therapeutisch zu arbeiten, konnte ich aus ihrer Lebensgeschichte manches ableiten, was Antwort auf meine Fragen gab.

2 Die Lebensgeschichte

Die Kindheit (1931 bis 1945)

Johanna wurde im Oktober 1931 als jüngste von drei Schwestern geboren. Beide Eltern waren promovierte Physiker. Der Vater arbeitete als Leiter einer Versuchsanstalt und war zugleich als Professor habilitiert. Die Mutter übte ihren Beruf einer Oberschullehrerin für die Fächer Mathematik und Physik nie aus, da sie nach Abschluss ihrer Universitätsausbildung heiratete und sich anschließend ganz ihrer Rolle als Hausfrau und Mutter widmete.

Die erstgeborene Tochter Marianne erfüllte wohl in vielfältiger Hinsicht die Erwartungen der Eltern. Johanna berichtet, dass die fünf Jahre ältere Schwester ihr unerreichbar vernünftig, erwachsen und intelligent erschienen sei. Gleichzeitig habe sie sich von ihr beschützt und verteidigt gefühlt, wenn es nötig gewesen sei.

Elisabeth, die zwei Jahre später auf die Welt kam, war seit ihrer Geburt kränkelnd und erforderte die besondere Fürsorge der Mutter. Das Mädchen hatte nur ein geringes Geburtsgewicht und zog sich im Laufe der Kindheit vielfältige Krankheiten zu wie Diphtherie, Nierenbecken- und Mittelohrentzündungen.

In meiner Erinnerung sehe ich Elisabeth im Bett der Eltern liegen mit ganz vielen Spielsachen und Luftballons. Wir beiden gesunden Schwestern mussten immer leise sein; Mutter pflegte meine Schwester und war ganz viel bei der kranken Elisabeth.

Nach drei weiteren Jahren wurde Johanna geboren. Die Mutter bekam eine schwere Brustentzündung und konnte das Kind nicht stillen.

Johanna beschreibt die Gefühle ihrer Mutter gegenüber als sehr zwiespältig. Als Kind habe sie sie als Respektsperson wahrgenommen und auch einen dementsprechenden Abstand gespürt. Die Versorgung in den ersten Lebensjahren sei hauptsächlich durch Kindermädchen erfolgt. Immer habe sie das Gefühl gehabt, den Erwartungen der Mutter nicht zu entsprechen;

sie habe sich dumm und insbesondere den Leistungsansprüchen nicht gewachsen gefühlt. Gleichzeitig habe die Mutter bei Schwierigkeiten jeglicher Art, z. B. in der Schule, aber auch später im Leben, wie eine Löwin für sie gekämpft. So sei die Mutter, selbst wenn sie wenig Zärtlichkeit und Anerkennung geben konnte, im Notfall stets für sie da gewesen.

Auch im Verhältnis zum Vater litt Johanna unter einer Distanziertheit. Sie beschreibt ihn als weltfremden Wissenschaftler, der sich ganz seiner Arbeit als leitender Ingenieur einer Versuchsanstalt und seiner Forschungstätigkeit verschrieben hatte. Er sei ein stiller, bescheidener, oft geistig abwesender Mann gewesen. Die meiste Zeit habe er in seinem Labor im Elternhaus mit teuren Geräten gearbeitet. Selten habe er sich Johanna ganz persönlich gewidmet; dabei sei er allerdings – wenn auch körperlich distanziert – lieb und freundlich gewesen. Einmal aber, es war schon während der Kriegsjahre, habe er nur sie alleine beim Schlittschuhlaufen mit der Schmalfilmkamera gefilmt. Sie sei darüber sehr beglückt und stolz gewesen.

Manchmal habe er versucht, ihr die Sternbilder oder komplizierte physikalische Zusammenhänge zu erklären. Sie habe kaum etwas verstanden und immer nur ja gesagt, damit er dies nicht merke. Insgeheim habe sie dann bedauert, ihm nicht ein Sohn sein zu können, den er sich wohl wünschte und der seine Erläuterungen hätte verstehen können.

Johanna sagt von sich selbst: „Ich war der letzte Versuch meiner Eltern. Ich sollte ein Junge werden und nicht das dritte Mädchen.“

Was mag die Eltern motiviert haben, noch ein drittes Kind zu bekommen? Es war bestimmt nicht jugendliche Unbeschwertheit – die Mutter war bei Johannas Geburt bereits 34 Jahre alt – und wohl auch nicht das Aufgehenwollen in der Elternrolle; es war eher die Begeisterung für naturwissenschaftliche Fragen, die die Eltern miteinander verband. Die gemeinsamen Mahlzeiten der Familie seien von der Diskussion solcher Themen bestimmt gewesen, während die drei Mädchen sich still verhielten, um nicht zu stören. Viele wichtige Personen seien im Haus aus- und eingegangen.

So lässt sich Johannas Vermutung nachvollziehen, dass der Wunsch nach einem Sohn, an den das geistige Erbe des Vaters