

# Narrative Bewältigung von Trauma und Verlust

Bearbeitet von  
Carl Eduard Scheidt, Gabriele Lucius-Hoene, Anja Stukenbrock, Elisabeth Waller

1. Auflage 2014. Taschenbuch. 261 S. Paperback  
ISBN 978 3 7945 2963 6  
Format (B x L): 16,5 x 24 cm

[Weitere Fachgebiete > Literatur, Sprache > Literaturwissenschaft: Allgemeines > Literarische Stoffe, Motive und Themen](#)

Zu [Inhaltsverzeichnis](#)

schnell und portofrei erhältlich bei

**beck-shop.de**  
DIE FACHBUCHHANDLUNG

Die Online-Fachbuchhandlung [beck-shop.de](http://beck-shop.de) ist spezialisiert auf Fachbücher, insbesondere Recht, Steuern und Wirtschaft. Im Sortiment finden Sie alle Medien (Bücher, Zeitschriften, CDs, eBooks, etc.) aller Verlage. Ergänzt wird das Programm durch Services wie Neuerscheinungsdienst oder Zusammenstellungen von Büchern zu Sonderpreisen. Der Shop führt mehr als 8 Millionen Produkte.

### 3 Kategorisierung und narrative Bewältigung bindungsbezogener Traumaerfahrungen im Erwachsenenbindungsinterview

Carl Eduard Scheidt, Gabriele Lucius-Hoene

#### 3.1 Das Konzept der narrativen Bewältigung

In ihrer Übersicht über die Entwicklung und den Stand der Coping-Forschung beschreiben Folkman und Moskowitz (2004) zwei zentrale Themenfelder, in denen narrative Ansätze zunehmend an Bedeutung gewonnen haben. In methodischer Hinsicht haben sich Narrative als reichhaltige Quellen der Beobachtung erwiesen, mit deren Hilfe – im Unterschied zu standardisierten Checklisten – auch Bewältigungsformen neu entdeckt werden können, die noch nicht mit dem Repertoire der bekannten Muster standardisiert erfasst werden. Zum anderen habe sich die ursprüngliche Unterscheidung in problemfokussierte und emotionsfokussierte Bewältigung (Folkman u. Lazarus 1980) als ergänzungsbedürftig erwiesen und zwar insofern, als neben instrumentellen Formen des Coping auch die Konstruktion von Bedeutung als grundlegende und zentral wichtige Strategie der Bewältigung anzusehen sei (Folkman u. Moskowitz 2004). Die Entdeckung der Konstruktion subjektiver Bedeutungen als wichtige Ressource der Bewältigung ist eine wesentliche Erweiterung der Copingforschung. Die Frage, ob und wenn ja, in welcher Hinsicht es durch Versprachlichung zu einer Bewältigung kritischer Lebensereignisse kommen kann, an welche Voraussetzungen dieser Prozess gebunden ist und ferner, ob sich an den Besonderheiten der sprachlichen Form spezifische Schwierigkeiten der Bewältigung der in einer Erzählung dargestellten kritischen Lebensereignisse erkennen lassen, sind für die Psychotherapie von großer Bedeutung.

Im Hinblick auf die Bewältigung von Krankheit hat Lucius-Hoene (2002) die möglichen Wirkfaktoren der Bewältigungsfunktion des Erzählens in einer Übersicht dargestellt. Diese Überlegungen lassen sich auf die narrative Bewältigung von Traumaerfahrungen übertragen. In Übereinstimmung mit anderen Autoren (Nelson et al. 2009) beschreibt Lucius-Hoene (2002) die Linearisierung der Ereignisfolge in einer zeitlichen und kausalen Ordnung in der Erzählung als Bewältigungsleistung (ebd.). Die Herstellung einer Geschichte mit ihren Gestaltprinzipien ordnet die Ereignisse in einen Ablauf-, Kausal- und Bedingungs-zusammenhang im Sinne einer Kohärenzherstellung (Baerger u. McAdams

1999) und vermittelt durch die Einordnung und Evaluierung des Geschehens Überschaubarkeit und sinnhafte Einbettung in die eigene Erfahrungsgeschichte. Als solche kann die narrative Ordnungsleistung der Rückgewinnung von Kontrolle und der Ableitung von Handlungsmöglichkeiten dienen (ebd.). Im weitesten Sinne kann durch die Aktivität des Erzählens ein Stück verlorengegangener Autonomie wiederhergestellt werden.

Auch die Differenz zwischen Erzählzeit und erzählter Zeit als doppelter Orientierungsrahmen ist für eine distanzierende Funktion der Erzählung von zentraler Bedeutung (vgl. Kap. 7). In vielen Traumanarrativen ist die Zeitstruktur der Erzählung aufgehoben. Im zeitlichen Ablauf der berichteten Ereignisse treten Brüche auf, die dem Erzähler selbst unbemerkt bleiben. Man kann dies als eine Invasion der erzählten Erfahrung in die Performanz der aktuellen Rede- und Erzählsituation verstehen. Die durch die Narrativierung geforderte Differenzierung der zeitlichen Ebenen von erzählter Zeit und Erzählzeit stellt neben der Herstellung einer chronologischen Ordnung der Ereignisabfolge ebenfalls ein strukturierendes Element der Erfahrung dar, das die Distanzierungsleistung fördert.

Geschehnisse im Zusammenhang mit Traumaerfahrungen müssen, um bewältigt werden zu können, in den zeitlichen Ablauf des Lebens und in einen biografischen Sinnzusammenhang eingebettet werden. Nur so kann ein Gefühl von Kontinuität im eigenen Leben wiederhergestellt werden. In der Literatur zu den Folgen von Traumatisierung wird immer wieder darauf hingewiesen, dass es durch den Einbruch des Traumas zu einem Verlust der in intersubjektiver Erfahrung gründenden persönlichen Identität und der Kontinuität einer als sinnhaft und sinnvoll konstituierten Lebensgeschichte kommt. Die Narrativierung der traumatischen Erfahrung und ihre Einordnung in einen historischen, soziokulturellen und lebensgeschichtlichen Kontext dienen dem Ziel der Aneignung und Integration der heteronom erlebten Erfahrung. Durch die Einbettung in die eigene Erfahrungsgeschichte wird die Traumaerfahrung implizit oder explizit mit Bedeutungen für die eigene Biografie und Identität versehen. Dies kann sowohl ihre Bedeutung z. B. als Schicksal, als Prüfung, als Strafe, als Verschuldung wie auch ihre Deutung im Kontext der Sinnhaftigkeit der eigenen Lebensgeschichte als Wachstumsmöglichkeit, als Katastrophe, als Herausforderung beinhalten. Im Zusammenhang damit werden häufig auch persönliche Werthaltungen und Überzeugungen, normative Vorstellungen und Glaubenssysteme thematisiert, die gewissermaßen an der Trauma- oder Verlust Erfahrung evaluiert und konturiert und damit bekräftigt oder zurückgewiesen werden können. Die Bedeutungszuschreibung ermöglicht so auch die Vermittlung wichtiger Identitätsaspekte (Lucius-Hoene 2002).

## 3.2 Probleme der Erzählbarkeit

In der Psychotherapie ist häufig zu beobachten, dass kritische Lebensereignisse nur unter großen Schwierigkeiten und oft erst nach einem längeren Therapieprozess zur Sprache gebracht werden können. Freud beschrieb dieses Phänomen mit der ihm eigenen Präzision und Anschaulichkeit folgendermaßen: „Ich beginne dann zwar die Behandlung mit der Aufforderung, mir die ganze Lebens- und Krankheitsgeschichte zu erzählen, aber was ich darauf zu hören bekomme, ist zur Orientierung noch immer nicht genügend. Diese erste Erzählung ist einem nicht schiffbaren Strom vergleichbar, dessen Bett bald durch Felsmassen verlegt, bald durch Sandbänke zerteilt und untief gemacht wird. ... Die Zusammenhänge, auch die scheinbaren, sind meist zerrissen, die Aufeinanderfolge verschiedener Begebenheiten unsicher, während der Erzählung selbst korrigiert die Kranke wiederholt eine Angabe, ein Datum, um dann nach längerem Schwanken wieder auf die erste Aussage zurückzugreifen. Die Unfähigkeit der Kranken zur geordneten Darstellung ihrer Lebensgeschichte, soweit sie mit der Krankengeschichte zusammenfällt, ist nicht nur charakteristisch für die Neurose, sie entbehrt auch nicht einer großen theoretischen Bedeutsamkeit ...“ (Freud 1905, S. 173 f.)<sup>3</sup>.

Brüche in der Narrativierung lebensgeschichtlicher Erfahrungen sind zunächst kein Spezifikum des Berichtes über Traumaerfahrungen, sondern betreffen vielmehr, wie Freud beobachtete, ganz allgemein die sprachliche Darstellung von Episoden der Entwicklung, die mit intensiven Emotionen verbunden sind. Vor allem am Beispiel von Trauma- und Verlustnarrativen sind aber sprachliche Gestaltungsmerkmale der Erzählung in den vergangenen Jahren intensiver untersucht worden (Foa et al. 1995, Tuval- Mashiach 2004, O’Kearny u. Perrott 2006). Traumaerfahrungen gehen häufig mit spezifischen Störungen der Gedächtnisfunktion einher (Hinckeldey 2002, Brewin 2011). Da das Erzählen einer selbst erlebten Geschichte auf die intakte Funktion des autobiografischen Gedächtnisses angewiesen ist, liegt die Erwartung nahe, dass die Erzählung traumatischer Erfahrungen Besonderheiten in der sprachlichen Gestaltung aufweist. Diese Erwartung wurde in verschiedener Hinsicht – z. B. im Hinblick auf die Dominanz sensomotorischer Bilder in Traumanarrativen – durch empirische Untersuchungen bestätigt (vgl. zur Übersicht O’Kearny u. Perrott 2006).

Probleme der Erzählbarkeit von Traumaerfahrungen lassen sich aber nicht ausschließlich auf die spezifischen Besonderheiten der Codierung von Gedächtnisinhalten unter großem Stress mit der Folge der Dekontextualisierung, der Fragmentierung und Problemen der willkürlichen Abrufbarkeit nicht episodisch-narrativ organisierter Erinnerungen (van der Kolk u. Fisler 1995,

---

3 Wir danken M. Schöndienst für die Überlassung dieses Zitates

Waller u. Scheidt 2010) zurückführen. Probleme der Erzählbarkeit können auch mit dem interaktionalen Kontext zusammenhängen. Die Person des Adressaten, der Verwendungskontext, die gefühlsmäßigen Einstellungen ihm gegenüber sowie die Resonanz, die Art und Weise, wie er durch seine Äußerungen die Rekonstruktion kritischer Lebensereignisse unterstützt, bestimmen maßgeblich, was unter gegebenen Umständen erzählt werden kann und was nicht. Vielfältige Beobachtungen aus der Psychotherapie legen die Vorstellung nahe, dass Erinnerungen, insbesondere solche an emotional belastende Erfahrungen, nicht als in sich abgeschlossene Bilder im Gedächtnis vorhanden sind und später bei Gelegenheit versprachlicht werden. Statt dessen können diese Erfahrungen im Prozess einer narrativen Ko-Konstruktion (Fivush et al. 1987) überhaupt erst Gestalt annehmen und spezifiziert werden. Dies gilt insbesondere auch für Erfahrungen mit traumatischer Qualität.

### 3.3 Kategorisierung und narrative Rekonstruktion

Wir möchten im Folgenden anhand von zwei Textbeispielen auf ein Problem der Erzählung traumatischer Erfahrungen hinweisen, das mit der Frage der Kategorisierung dieser Erfahrungen zusammenhängt. Die Textbeispiele entstammen dem Erwachsenenbindungsinterview (George et al. 1996) von zwei Probandinnen, die an einer Interventionsstudie zur psychotherapeutischen Behandlung von chronischem Schmerz (Fibromyalgie) teilgenommen haben (Scheidt et al. 2013, 2014, zum Gesamtprojekt siehe Vorwort in diesem Band). Im Erwachsenenbindungsinterview werden ProbandInnen erzählgenerierend und mit einem halbstrukturierten Leitfaden zu ihren Erfahrungen mit den primären Bindungspersonen befragt. Eines der Ziele des Interviews besteht darin, festzustellen, inwieweit die Erzählenden im Laufe des Gespräches episodische Erinnerungen zugänglich machen können, um die Qualität ihrer Erfahrungen in der Herkunftsfamilie darzustellen. Eine der 15 Fragen des Interviews bezieht sich darauf, ob die Probandinnen Erfahrungen von Misshandlung oder Missbrauch gemacht haben. Die Beantwortung dieser Frage stellt die Gesprächsteilnehmer vor die belastende Aufgabe, ihre Erfahrungen im Hinblick auf die Kategorien Misshandlung und Missbrauch zu überprüfen und zu bewerten. Die Kategorisierung einer Erfahrung als Misshandlung oder Missbrauch impliziert, bei aller Unschärfe dieser Begriffe im alltäglichen Wortgebrauch, eine Handlungsstruktur von Täter und Opfer und damit verbunden von Verantwortung und Schuld. Im Kontext bindungsbezogener Traumatisierung wiegen Verantwortung und Schuld besonders schwer, da die beteiligten Protagonisten hier in asymmetrischen Beziehungen und Verantwortungsrollen stehen und es um die Schädigung in einem Fürsorgeverhältnis geht. Eine Erfahrung kann aber nur dann als eine Geschichte von Misshandlung oder Missbrauch erzählt werden, wenn die mit dieser Kategorisierung verbundene Festlegung des Handlungs-

schemas und die involvierte Zuschreibung von Schuld und Verantwortung als zutreffend erkannt und akzeptiert werden kann. Wenn dies nicht eindeutig möglich ist, bleiben die Erzähler in ihren Erzählungen unschlüssig. Es kommt nicht zu einer nachvollziehbaren Schilderung der Ereignisabläufe, da die Struktur einer Erzählung es unausweichlich macht, dass der Erzähler in Bezug auf den Erzählinhalt implizit oder explizit eine Bewertung vornimmt. Dies gilt umso mehr, wenn es sich um eigene Erfahrungen handelt, über die der Erzähler aus der Ich-Perspektive spricht und der Inhalt der Erzählung sich auf eine Traum-erfahrung bezieht.

In den dargestellten Interview-Ausschnitten berichten die Probandinnen, dass sie in der Adoleszenz im Zusammenhang mit ersten sexuellen Erfahrungen von ihren Eltern schwer gezüchtigt worden seien. Während Frau A sich im Hinblick auf die Kategorisierung ihrer Erfahrung als Misshandlung eindeutig positioniert, bleibt Frau B in dieser Hinsicht unschlüssig.

### Interview Frau A

- 01 I Ja und andre haben eben auch eben Form ne  
 02 ne Art von Misshandlung oder Missbrauch  
 03 E Mm, ne des also {{wär?}}, Misshandlung isch des ja au  
 04 I mh  
 05 E mit mit Prügel un oder sowas aber Missbrauch net  
 06 I (mh, mm). Und wie sah das dann eben ganz genau aus  
 07 und kam das dann häufiger vor und das eben so mit Gewalt  
 08 E . . . . {{4 Sek.}} Also ein eine Szene, da war ich -wie alt war ich da?  
 09 16 oder so was, da war ich schon in der Lehre,  
 10 und zwar ging des dann so, dass mei Vatter hät sich in <Stadt 3> dann  
 11 beworben .....und äh dann hab ich ang'fange in <Stadt 3> zur Lehre zu gehen  
 12 I mh  
 13 E und bin dann des erschte halbe Jahr oder dreiviertel Jahr  
 14 mit meinem Vater täglich hin und her g'fahn  
 15 I mh  
 16 E Ich musst morgens a Stund früher schon  
 17 dann war ich schon a Stund früher in <Stadt 3>  
 18 und er musst abends auf mich warte und so G'schichte ware des halt  
 19 I mh.  
 20 E Und am nachmittag hab ich aber zwei Stund oder noch länger äh  
 21 hab ich mittag g'habt  
 22 I mh.  
 23 E Und dann war ich, 's erschte mal war ich ja vogelfrei  
 24 I (mh {{wurde ja auch Zeit?}). Und dann hab ich äh ein ne Kollegin g'habt,  
 25 E die war mit mir au im erschten Lehrjahr und eine war schon im zweite Lehrjahr  
 26 und mir sin dann halt in der Mittagspause  
 27 simmer halt in der Stadt umenander g'laufe  
 28 und dann hemmer natürlich au junge Männer kennag'lernt  
 29 I ja  
 30 E ja, bleibt ja net aus  
 31 I mh  
 32 E in unserm Alter. Und des was die ganze Zeit verbote war,  
 33 war natürlich sowieso reizvoller wie ich's dann mache konnt  
 34 äh wenn meine Eltern dann amol net gucka konnte