

## Fallbeispiel „Die kleine Meerjungfrau“

Aus Reimer, Christian; Rüger, Ulrich (2006) Psychodynamische Psychotherapien. Lehrbuch der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapieverfahren. Dritte, vollständig neu bearbeitete und aktualisierte Auflage, wissenschaftlicher Springer-Verlag, 448 S., S. 61f.

„Es suchte mich eine 28-jährige Frau auf, nachdem sich in einem Urlaub in einem warmen Land am Meer zunehmend Suizidphantasien bei ihr eingestellt hatten und sie befürchtete, sich dagegen irgendwann nicht mehr wehren zu können. Sie war nach dem Staatsexamen, das sie sehr gut hinter sich gebracht hatte, in diesen Urlaub gefahren - allein und mit der bewussten Hoffnung, ausspannen und in dem lebensfreundlichen und lebenslustigen Ambiente jenes Landes glücklich sein zu können. Die ersten Tage seien sehr schön gewesen; v.a. die beständige Wärme, die Sonne und das Meer hätten ihr gutgetan. Sie bemerkte bald, dass sie immer länger und zu jeder Tageszeit am Strand saß, aufs Meer schaute und besonders vom Flimmern der Sonne auf dem Meer fasziniert war. In solchen Situationen, in denen sie wie weggetreten gewesen sei, stellten sich zunehmend bestimmte Gefühlszustände und dann konsekutiv auch Phantasien ein, die ihr Angst machten. Es kam nämlich etwas auf, das sie als »Weltschmerz« bezeichnete: Eine schmerzhaft Mischung aus einer tiefen Sehnsucht nach Wärme, Geborgenheit und Einssein mit dem Meer. In solchen Situationen entwickelte sie die Phantasie, sich in einem Schlauchboot unbemerkt von anderen auf das Meer treiben zu lassen, dort noch etwas Wein zu trinken und dann Schlaftabletten zu nehmen, so dass sie nie mehr aufwachen würde. Die Phantasie endete damit, dass sie dann irgendwann, selbst schon komatös geworden, in das Meer hineingezogen würde. Neben diesen Phantasien, die gleichermaßen tief beruhigend wie auch panisch-ängstigend auf sie wirkten, fiel ihr immer wieder ein Märchen aus ihrer Kindheit ein: nämlich »Die kleine Seejungfrau«, ein Märchen von Hans Christian Andersen. Hier geht es bekanntlich um die Geschichte der unerfüllbaren Liebensehnsucht einer Seejungfrau nach einem schönen Prinzen, der sich aber schließlich einer anderen Frau zuwendet, woraufhin sich die Seejungfrau sterbend in Meeresschaum auflöst.

Beim wiederholten Erinnern und Durchleben des Märchens stellte sich bei meiner Patientin eine abgrundtiefe Traurigkeit ein, meist gefolgt von den schon erwähnten Suizidphantasien. Das alles wurde so quälend, dass sie ihren Urlaub vorzeitig abbrechen musste.

Im Lauf der Therapie betonte sie immer wieder, wie stolz sie darauf sei, allein zu sein und dies auch sein zu können, nicht auf andere Menschen angewiesen sein zu müssen. Einmal sagte sie mir wörtlich: »Lieber allein und unglücklich, als glücklich zu zweit« und: »Wenn ich allein bin, kann mich keiner verlassen«. Ihre Beziehungen zu Männern waren dadurch charakterisiert, dass sie meist nach kurzer Zeit endeten. Bei genauerem Nachfragen stellte sich heraus, dass sie selbst die Beziehungen zu Zeiten, zu denen es eigentlich keine besonders schwer wiegenden Probleme gab, die das gerechtfertigt hätten, immer aktiv durch Trennung beendet hatte. Wie in einem Wiederholungszwang hetzte diese Frau von Beziehung zu Beziehung, inszenierte Trennungen und konnte in keiner dieser Partnerschaften Entspannung und Zufriedenheit erreichen.

Die wichtigsten biographischen Hintergründe: Sie war als einziges Kind ihrer Eltern von früh auf mit einer schlechten Ehe konfrontiert. Sie erinnerte viele Auseinandersetzungen der Eltern, die schließlich zur Scheidung führten, als sie 4 Jahre alt war. Der Vater, an dem sie sehr gehangen

hatte, verließ die gemeinsame Wohnung, kam nie wieder und ließ auch nie mehr von sich hören. Die Mutter arbeitete bereits kurz nach der Geburt ganztags und hatte im Lauf der Jahre wechselnde Freundschaften. Später heiratete sie wieder. Die Patientin beschreibt die frühe Mutter als nichtverfügbar, herrisch und kühl und gibt ihr die Schuld an der Scheidung; sie habe den Vater mit ihrer Art regelrecht aus dem Haus getrieben.

In der Pubertät entwickelte sie dann Ideale großer Autonomie und Unabhängigkeit: Sich im Beruf so weit selbst versorgen zu können, dass sie niemals auf einen Menschen angewiesen sein müsste. Die schlimmste Vorstellung war für sie, krank zu sein - was sie übrigens nie war und wohl auch nicht sein konnte - und dann in Abhängigkeit anderen ausgeliefert zu sein. Sie wählte später einen Beruf, in dem medizinische Kenntnisse einen bestimmten Grad an Selbstbehandlung ermöglichen können.

Kurz nach Aufnahme der Therapie bei mir lernte sie einen gleichaltrigen Mann kennen, berichtete mir, verliebt zu sein, und dass es sehr schön mit ihm sei, wirkte aber in den Stunden zunehmend depressiv, traurig, unglücklich. Als ich sie mit meinem Eindruck konfrontierte, meinte sie, dass sie in schönen Situationen immer traurig werde. Dann habe sie Angst, dass das Schöne gestört und verloren gehen könnte. Sie denke dann: »Das hält ja sowieso nicht ewig!« Eine ihrer Grundphantasien ist, nicht alt zu werden, sie könne sich als alternde Frau nicht vorstellen. Vielmehr wolle sie in einer schönen Situation sterben, z.B. während einer schönen Urlaubsreise durch einen schnellen Flugzeugabsturz. Auf meine Frage, wie sie sich diesen Zustand denn vorstelle, mit welchen Gefühlsqualitäten er verbunden sei, schilderte sie Gefühle von Glück, Harmonie, Wärme, Geborgenheit und Liebe.

Die Grundproblematik der Patientin - Sehnsucht nach Glück einerseits und die tiefe Überzeugung, dass es das nie geben werde, und dass man sich deswegen lieber früher als später verabschieden sollte andererseits - manifestierte sich auch in der Art und Weise, in der sie die Beziehung zu mir gestaltete. So schenkte sie mir einmal eine Holzfigur, die Darstellung einer Madonna mit Kind in einem Ausdruck von Frieden, Geborgenheit und Gehaltenwerden, um die verabredeten 2 Stunden danach der Therapie ohne weitere Nachricht fernzubleiben. Bei Bearbeitung dieser Sequenz kam u.a. heraus, dass sie sich schämte, mir - einem Mann - ihre tiefe Sehnsucht gezeigt zu haben. Zugleich hatte sie befürchtet, ich könnte sie wegen dieses Wunsches verachten und ihr Geschenk der Beschäftigungstherapie der Klinik vermachen, sie also symbolisch abschieben.“