

Peter Conzen

Urvertrauen – noch Eckstein der gesunden Persönlichkeit?

Vertrauenskrisen in der postmodernen Welt als wachsende Herausforderung für Beratung, Psychotherapie und Supervision

Zusammenfassung

Ein ausreichendes Maß an Urvertrauen ist nach wie vor Grundvoraussetzung jeder gesunden Persönlichkeitsentwicklung und Basis aller gesellschaftlichen Ordnung. Der Artikel behandelte Wesen, Entwicklung und Pathologie menschlichen Vertrauens aus psychologisch– tiefenpsychologischer Sicht. Phänomene des verunsicherten oder verloren gegangenen Vertrauens, des radikalen Misstrauens in Lebenskrisen, in psychopathologischen Zuständen oder bei traumatisierten Menschen werden erläutert. Weiter diskutiert der Artikel Vertrauenskrisen in sich rasch wandelnden, postmodernen Gesellschaften, wie sie zunehmend Herausforderung werden für Beratung, Psychotherapie und Supervision.

Einleitung

Die sich endlos hinziehende Coronakrise, nicht mehr für möglich gehaltene Kriegsszenarien in Europa, der immer bedrohlichere Klimawandel, allgemeine Zukunftsängste – mehr und mehr wird im Bedrängenden und Zerrissenen derzeitigen Weltgeschehens das Vertrauen in das Haltende und Bergende des Daseins, in die Zuverlässigkeit menschlicher Beziehungen und staatlicher Institutionen erschüttert. Kann man noch mit Erik H. Erikson vom Urvertrauen als „Eckstein der gesunden Persönlichkeit“ (1981b: 63) sprechen? So sehr Zeitdiagnosen das gestörte Vertrauen als Kernsymptom postmoderner Beliebigkeit beschwören – ohne ein ausreichendes Maß an Vertrauen wäre kein menschliches Überleben, kein gesellschaftlicher Zusammenhalt denkbar. Vertrauen ist jener grundlegende soziale Kitt, aus dem Sympathie, generative Verantwortung, Freundschaft, Liebe und Hoffnung erwachsen. Vertrauen auf das Gute im Menschen unterscheidet gesunde Ethik

von einer potenziell lebensfeindlichen Moral. Und der Glaube an schützende, tröstende Mächte, die uns in den Klippen und Krisen des Lebens stärken, uns über die irdische Existenz hinaus eine jenseitige Hoffnung vermitteln, ist der Urquell aller Religion.

Gerade weil wir es in unserer täglichen Arbeit immer häufiger mit frühen Persönlichkeitsstörungen, schweren Traumatisierungen, Gefühlen von Hoffnungslosigkeit und depressiver Leere zu tun haben, ist die Herstellung und Aufrechterhaltung einer offenen, vertrauensvollen Atmosphäre mehr denn je absolute Grundvoraussetzung jeder Beratung, Psychotherapie und Supervision. Nicht selten scheint Vertrauen mittlerweile für den Therapieerfolg entscheidender zu sein als die angewandte Methode. Selbst die Psychoanalyse hat sich von Positionen der strengen Abstinenz gelöst und betont in ihren neueren intersubjektiven und relationalen Ansätzen die Notwendigkeit einer wechselseitig empathischen Begegnung zwischen Therapeut*in und Patient*in. Ob wir freilich mit der Verschlussenheit eines Jugendlichen kämpfen oder den spöttischen Attitüden eines Narzissisten, Eltern bei Erziehungsfragen beraten oder in einer Trennungskrise begleiten, ob wir ein Team von Managern supervidieren oder eine Gruppe von Ehrenamtlichen - es macht Unterschiede, mit welchen Methoden und Interventionen wir eine vertrauensvolle Atmosphäre herstellen, auf misstrauische Übertragungen reagieren, wie weit wir in unserer Gegenübertragung auf nonverbale Signale, auf Atmosphärisches und Szenisches achten.

Im Folgenden möchte ich Wesen, Bedeutung und lebenslange Entwicklung menschlichen Vertrauens unter psychologisch-tiefenpsychologischem Aspekt beschreiben, das Miss-trauen als zentrales Empfinden in Lebenskrisen, Pathologien und Traumatisierungen diskutieren, neue Gefährdungen des Vertrauens in modernen, sich rasch wandelnden Gesellschaften beleuchten, um am Ende die absolute Notwendigkeit der Stärkung des Vertrauens zu betonen, sowohl in privaten Beziehungen wie in einer zunehmend explosiven Weltlage.

Vertrauen – Basis allen Menschseins

Ob ich jemanden nach dem Weg frage, mich auf den Ratschlag meines Arztes verlasse, ob ich auf die Liebe meines Partners baue oder mich für eine lebensbedrohliche Operation entscheide – überall, von Alltagssituationen bis in existenzielle Fragen, bedarf es eines

ausreichenden Maßes an Vertrauen. Gerade weil der Begriff heute oft trivial benutzt wird – der Einzelne soll „Vertrauen“ in das richtige Waschmittel, die beste Geldanlage, die optimale Ernährung setzen – ist der Begriff schwer einzugrenzen und zu definieren. Wesen des Vertrauens ist eine Art positive Erwartungshaltung. Man kann sich auf Situationen, Begegnungen, Herausforderungen einlassen und auf einen guten Ausgang hoffen. Über Vertrauen lässt sich nicht verhandeln, mit Vertrauen nicht taktieren. Vertrauen wird uns gewährt, ebenso wie wir anderen einen Vertrauensvorschuss geben. Gerade weil dies etwas potenziell Verletzliches hat, macht der Missbrauch des Vertrauens betroffen, gelten Treulosigkeit und Verrat in allen Kulturen als besonders schwere Verfehlung.

Von Konfuzius, Aristoteles und Augustinus über Thomas von Aquin, Hobbes, Kant und Leibniz bis hin zu Scheler, Hartmann oder Buber – immer wieder haben Philosophen und Theologen das Vertrauen, neben Sympathie, Mitgefühl und Barmherzigkeit, als eine der positivsten bindenden Kräfte zwischen Menschen herausgestellt. Das Gebot, anderen Menschen, Völkern und Religionsgemeinschaften Vertrauen entgegenzubringen, Vertrauen zu achten und zu wahren, stellt eine sittliche Grundforderung aller Weltreligionen und großen ethischen Systeme dar.

Schon früh beschäftigte das Thema des Vertrauens, zum Beispiel beim Umgang mit naiv liebevollen oder feindselig misstrauischen Übertragungshaltungen von Patienten, Theorie und Technik der Psychoanalyse. Ausdrücklich war es jedoch Erik H. Erikson, der unter dem weltbekannt gewordenen Stichwort „Urvertrauen“ eine Theorie von Wesen, Entwicklung und Pathologie menschlichen Vertrauens aus tiefenpsychologischer Sicht vorlegte. Dabei versteht Erikson unter Urvertrauen „sowohl ein wesenhaftes Zutrauen zu anderen als auch ein fundamentales Gefühl der eigenen Vertrauenswürdigkeit“ (1981a: 97) und sieht in dieser „alles durchdringenden Haltung sich selbst und der Welt gegenüber“ (ebd.) die Basis unseres intakten Identitätsgefühls, unserer Kontakt- und Liebesfähigkeit. Erikson und andere Vertreter der Psychoanalyse wie Ferenczy, Balint, Spitz, Klein, Winnicott oder Bion betonten die geradezu schicksalhafte Bedeutung der frühen Mutterbeziehung für die weitere Persönlichkeitsentwicklung und bereiteten den Boden für neuere Ansätze der Bindungstheorie und Säuglingsforschung. Egal ob von „primärer Liebe“ (Balint 1997), einem Klima des „Holding“ (Winnicott 1971), des ausreichenden mütterlichen „Containings“ (Bion 1992) die Rede ist – entscheidend ist eine Atmosphäre der Sicherheit, Liebe und Zuverlässigkeit in den frühesten Beziehungen zur Welt. Freilich

kann Vertrauen naiv, übermäßig und blind werden, kann pathologischen Charakter annehmen – man denke an die weltumarmende Euphorie des Manikers, die Spielsucht, Formen narzisstischer Selbstüberschätzung. Ein Mensch gänzlich ohne Misstrauen wäre nicht lebensfähig, und stets, in allen Lebenssituationen, geht es um ein Übergewicht des Vertrauens über das Misstrauen.

Über die Anfänge von Vertrauen und Misstrauen in der Säuglingszeit lässt sich nur spekulieren. Aus der regelmäßigen Stillung der körperlichen Bedürfnisse, dem Hautkontakt, der verlässlichen Zuwendung ergibt sich ein Zustand der Entspannung, des Wohlbehagens, das dumpfe Gefühl, von einer guten äußeren Macht versorgt zu werden. Ebenso werden erste Keime des Misstrauens gelegt in Erfahrungen des Alleingelassenwerdens, der Angst, des Schmerzes und ohnmächtigen Schreiens. Aus dem Blickkontakt, dem wechselseitigen Spiegeln, dem Lächeln, der Stimme der Mutter ergibt sich beim Säugling allmählich die Ahnung, ein von der Mutter getrenntes Wesen zu sein, die Ur-Anfänge menschlichen Identitätsgefühls. Stets, so Erikson (1981b), suchen wir im freundlichen Augenkontakt die grundsätzliche Bestätigung des Vertrauens, ebenso wie wir den „bösen Blick“, den „Gesichtsverlust“ als irritierende Infragestellung unserer Person erleben.

Überwiegen Verlässlichkeit und liebevolle Zuwendung, so bilden sich gegen Ende des ersten Lebensjahres die Anfänge des Urvertrauens, jener Ur-Optimismus, dass man selbst und die Welt gut ist, dass es lohnt, sich auf das Leben einzulassen. Ein in früher Kindheit grundgelegtes chronisches Urmisstrauen ist hingegen eine schwere Hypothek, egal, ob es sich hinter Haltungen von Mürrisckheit, Freudlosigkeit, ständiger Angst und Zweifel zeigt, ob es als skeptizistische Lebensphilosophie rationalisiert oder fanatisches Glaubemüssen überkompensiert wird. Misstrauen wird zum Hauptsymptom früher Persönlichkeitsstörungen, ebenso wie menschliche Konflikte, von privaten Auseinandersetzungen bis in internationale Verwicklungen, leicht in zunehmend paranoide Zustände gegenseitigen Misstrauens eskalieren.

Lebenslang suchen wir in sich stets ausweitenden sozialen Beziehungen und Umfeldern die ursprüngliche Anerkennung und Bestätigung unserer Person. Auf jeder Entwicklungsstufe – vom Gefühl kindlicher Zugehörigkeiten und Kompetenz über die leidenschaftlichen Visionen des Jugendlichen bis hin zum Zustand abgeklärter Lebensbejahung

des älteren Menschen – nimmt das Vertrauen immer differenziertere Formen und Gefühlsnuancen an. Stets sehnen wir uns in unseren Träumen, Fantasien und Visionen nach jenem „verlorenen Paradies“ der frühen Kindheit, die Liebe unserer Eltern, die heimatliche Geborgenheit, suchen nach Menschen, die wir verehren, zu denen wir „aufschauen“ können, kehren in Augenblicken der Verliebtheit, der innigen Naturverbundenheit oder religiösen Erfahrung momentweise in den Zustand glücklicher symbiotischer Verschmelzung der Säuglingszeit zurück. Ebenso überfällt uns immer wieder das Misstrauen, Gefühle der Einsamkeit, des Selbstzweifels, des Uneins-Seins mit sich selbst und der Welt. Schwere Schicksalsschläge können auch ein scheinbar gefestigtes Urvertrauen erschüttern, im Ernstfall ganz zerbrechen lassen. Andererseits zeigt die Resilienzforschung, mit welcher beispiellosen Energie auch schwer traumatisierte Menschen wieder Vertrauen und Lebensmut zu fassen vermögen.

Vertrauensprobleme in Lebenskrisen - Wege der Begleitung, Beratung und Therapie

Immer wieder wird im Laufe des Lebens unser Vertrauen auf die Probe gestellt. Kränkungen, Misserfolge, enttäuschte Erwartungen nagen an uns. Wir fühlen uns Aufgaben, Problemen, Herausforderungen nicht gewachsen. Neue Entwicklungsphasen, der Sturm der Pubertät, die Elternschaft, das Ausscheiden aus dem Berufsleben, verunsichern. Indessen ist nicht jedes Alltagsproblem, jeder Entwicklungsumbruch sofort eine gravierende Identitätskrise. Gerade in Momenten der Verunsicherung und Enttäuschung findet man Unterstützung und Verständnis im freundschaftlichen Gespräch, bewähren sich soziale Netzwerke. Bei speziellen Problemen unterstützen Selbsthilfegruppen. Jugendlichen, die um Fragen der körperlichen Entwicklung, der Bisexualität oder der beruflichen Zukunftsplanung kreisen, können unter Umständen schon Beratungsangebote im Netz mit wichtigen Informationen weiterhelfen. Telefonseelsorge, Wohlfahrtsverbände, Erziehungs-, Familien- und Sexualberatungsstellen ebenso wie Selbsthilfegruppen stellen eine wichtige Unterstützung dar und können in Situationen der Verunsicherung und Krise positive Weichen stellen. Es muss nicht in jedem Fall sofort eine Psychotherapie anberaumt werden.

Von einer Identitätskrise sollte man erst dann sprechen, wenn schwere Kränkungen, Verluste oder Lebenssackgassen unser Selbst- und Weltbild über einen längeren Zeitraum massiv erschüttern, neue Herausforderungen, neue Entwicklungsphasen scheinbar nicht zu bewältigen, andauernde Diskriminierung und Entwertung nicht mehr aushaltbar erscheinen. Die Diagnose einer schweren Krankheit, plötzliche Invalidität nach einem Unfall oder Schlaganfall, der Burn-Out inmitten scheinbar rastloser Leistungsfähigkeit, das Zerbrechen der als sicher geglaubten Partnerbeziehung, das Suchtproblem oder der Suizid des eigenen Kindes – etwas stürzt über uns herein, was momentan nicht mehr verkraftbar erscheint. Im Unterschied zur normalen Lebenskrise ist vor allem das grundlegende Vertrauen in die Kohärenz und Kontinuität des Selbst betroffen. Es ist wie ein „Sturz aus der Wirklichkeit“ (Filipp & Aymanns 2010: 46). Man ist nicht mehr derselbe, fühlt sich in der Welt nicht mehr zuhause, durchläuft, aufgewühlt und zerrissen, eine längere Phase „bedrängender Handlungsohnmacht“ (Haußer 1995: 132), der Unausgeglichenheit, des Schmerzes, des Verlusts an Initiative und Zukunftsbezug. Typisch ist das Verfallen in regressive Verhaltensweisen, in Selbstanklagen oder die wütend-misstrauische Verstimmung der paranoid-schizoiden Position (Klein 1972). Je stabiler die psychische Struktur, je größer das Maß an Urvertrauen, sozialer Einbettung und Unterstützung, desto rascher greifen in der Folge Bewältigungsmechanismen. Das Selbstgefühl beginnt sich zu stabilisieren, Gefühle von Trauer Überforderung und Verzweiflung weichen, die Zukunft wird wieder angegangen. Am Ende geht man womöglich gestärkt aus der Krise hervor, hat neue Seiten an sich entdeckt, neue Verhaltensstrategien, vielleicht auch gesundes Misstrauen entwickelt, kann in der späteren Lebensbilanz der Krise gar im Nachhinein einen Sinn abgewinnen.

Beratung, Krisenintervention, Kurzzeittherapie, längere therapeutische Begleitung können in Lebenskrisen stützend sein und wesentlich zu deren Überwindung beitragen (vgl. Till 2009). Freilich rühren Krisen stets auch an Schwachpunkte, Ängste und schlummernde Pathologien der früheren Persönlichkeitsentwicklung. Je mehr der Betreffende auf mangelnde Hilfsbereitschaft, Gleichgültigkeit oder gar Ablehnung und Stigmatisierung stößt, desto eher greifen Spaltungsmechanismen, können Identitätskrisen zunehmend Verbitterung, Rückzug und Resignation auslösen, in unterschiedliche pathologische oder deviante Entwicklungspfade münden. Gerade bei der Arbeit mit Jugendlichen kommt es besonders stark auf die vertrauensvolle Beziehung an. Quälende Gefühle der

Körperscham, des Sich-Ausgeschlossen-Fühlens in der Peergroup, der enttäuschten ersten Liebesbeziehung rufen leicht tiefe Weltschmerzstimmungen hervor, die uns heute teilweise in neuen Störungsbildern begegnen – Computerabhängigkeit, selbstverletzendes Verhalten, verstärktes bisexuelles Schwanken, Essstörungen und Schulabsentismus (vgl. Seiffge-Krenke 2020). Immer wieder stehen wir in Beratung und Therapie Adoleszenter vor der verantwortungsvollen Frage, ob die mitunter heftigen Stimmungsschwankungen, krassen Symptome und plötzlich auftretenden Misstrauenshaltungen Ausdruck eines entwicklungsfördernden Kampfes um Abgrenzung und Autonomie sind, oder, ob sich Krisenhaftes in bedenklicher Weise zuspitzt. Leicht kann es gerade bei Spätadoleszenten zu einer Identifizierung mit der negativen Identität kommen (vgl. Erikson 1981a). Sich immer misstrauischer von der Welt abkapselnd, ist man lieber etwas Unerwünschtes, Abgelehntes als sich den Forderungen der als kalt und ablehnend empfundenen Erwachsenenwelt zu beugen. Besonders bedenklich sind innere Radikalisierungsprozesse, das – oft im Netz angeheizte – Kreisen um rachsüchtige Fantasien, der Anschluss an extreme Ideologien und Bewegungen. Der Fanatismus, die starre und kompromisslose Identifizierung mit unerschütterlichen Überzeugungen und Glaubenshaltungen, ist die wohl gefährlichste Pathologie menschlichen Vertrauens. Etwas absolut Gutes ist von etwas absolut Bösem bedroht. Mehr als im Fundamentalismus geht es darum, das Böse zu identifizieren, zu stellen, zu bekämpfen und im Extremfall zu vernichten. So sehr die Fanatiker aller Schattierungen das Selbstlose ihres Tuns beschwören – unbewusste Triebfeder ist stets eine krankhafte Spaltung des Gewissens, ein furchtbares Misstrauen, ein furchtbarer Moralismus, ein furchtbarer Hass (vgl. Conzen 2005; Hole 2004).

Gerade wenn in historischen Krisensituationen das Vertrauen breiter Bevölkerungsschichten in die Stabilität und den Schutz gesellschaftlicher Ordnung labilisiert wird, kommt es leicht zu Regressionen auf einfachere Niveaus seelischen Funktionierens. Man sucht vermehrt Schutz unter dem „Zelt“ der Großgruppenidentität (Volkan 1999), setzt alles Vertrauen auf politische Führungsfiguren, die in stürmischen Zeiten gleichsam zum „Mast“ des Zeltes werden. Übertreffende Persönlichkeiten wie Mahatma Gandhi, Martin Luther King oder Nelson Mandela vermochten mit ungeheurem Charisma nicht für möglich gehaltene gesellschaftliche Veränderungsprozesse in Gang zu setzen. Leicht indessen gerieren sich in Krisensituationen auch Demagogen mit simplen Rezepten und primitiven

Schulduweisungen als Schiefheiler verletzten Urvertrauens, verschärfen Spaltungstendenzen, setzen unberechenbare Entwicklungen in Gang. Hauptziel aller Diktaturen ist es, das Individuum gänzlich einem Kollektiv, einer Idee, einem Prinzip unterzuordnen. Mit immer wieder ähnlichen Methoden der Propaganda und Indoktrination suggerieren sie Schutz, Zugehörigkeit, Einheit, lenken alles Misstrauen, alles Böse und Irritierende auf gänzlich stereotypisierte äußere und innere Feinde ab. Der immer umfassendere staatliche Überwachungsapparat, das Spitzel- und Denunziantentum schaffen ein lähmendes Klima dumpfen Misstrauens und schleicher Angst. Wer sich widersetzt, gilt als Volksschädling, Ungläubiger, Verräter. Wie sehr fanatische „Einheits- und Reinheitsphantasmen“ (Bohleber 2016: 767) immer wieder Massen in Euphorie versetzen, Hass und Ressentiment freisetzen, zeigt nach wie vor der unvergleichliche Zivilisationsbruch des Nationalsozialismus, Angriff auf Würde und Integrität des Menschseins schlechthin. Ob und wie weit man in totalitären Systemen eine Nische für vertrauensvolle Gespräche finden kann, ist eine kontrovers diskutierte Frage. Diejenigen, die auch unter extremen gesellschaftlichen Bedingungen Psychotherapie betrieben und dabei ihren liberalen Überzeugungen treu blieben, verdienen unseren höchsten Respekt. Andererseits stellt die Mithilfe helfender und heilender Berufe in Diktaturen und Folterregimen, man denke vor allem an die Verbrechen der deutschen Psychiatrie in der Nazizeit, ein ausgesprochen düsteres Kapitel dar.

Das geschädigte Urvertrauen in psychopathologischen Zustandsbildern

In allen Formen der Psychopathologie spielt das Misstrauen eine bedeutsame Rolle. Dabei ist stets die Frage, auf welchem psychischen Niveau sich der Patient bewegt (vgl. Kernberg 1991). Auf dem Gebiet der Neurosen kennen wir die Angst des Schizoiden vor zu großer Nähe und intensiven Gefühlen, die stete Sorge des Depressiven um den Verlust haltgebender Beziehungen, das Misstrauen und die paranoiden Befürchtungen Zwanghafter vor unvorhersehbarer Veränderung. In der Regel verfügen diese Patienten aber über eine einigermaßen intakte Ich-Struktur, erleben ihr Selbst als abgegrenzt, können ein gewisses Maß an Frustration und Ambivalenz ertragen. Bei frühen Persönlichkeitsstörungen hingegen steht schon bei geringen Irritationen rasch das gesamte Identitätsgefühl

auf dem Spiel, werden schwere Misstrauenshaltungen und paranoide Ängste zum führenden Symptom und zur Nagelprobe jeder Behandlung.

Vor allem für Borderline-Patienten ist das abrupte Schwanken zwischen blindem Vertrauen und ätzendem Misstrauen charakteristisch. Die diffuse Identität, die Spaltung zwischen „nur guten“ und „nur bösen“ Selbst- und Objektrepräsentanzen wird nach Kernberg (1983, 1991) zum führenden Symptom. Typisch sind innere Anspannung, Riesenerwartungen neben einer misstrauisch skeptischen Haltung, frei flottierende, mitunter panikartige Ängste, das Gespaltene und Spaltende in menschlichen Beziehungen, die Unfähigkeit, Ambivalenz zu ertragen, das Schlüpfen in Deckidentitäten (vgl. Rohde-Dachser 2004). In der Schwarzweißerteilung der Welt gibt es kaum Nuancierungen oder Grautöne. Die Umgebung besteht aus guten und bösen Objekten, das Kontaktverhalten ist unberechenbar. Der Mitmensch oder der Psychotherapeut werden als gutes Objekt gesucht, das den Borderline-Patienten vor bösen Erfahrungen schützen bzw. zusammen mit ihm gegen böse Objekte in den Kampf ziehen soll. Versagt man nur ein klein wenig in dieser Rolle, wird man leicht selbst zum verfolgenden Objekt. Die Beziehung bricht oft ab, kann aber ebenso rasch wieder einklinken, wird mit erneutem naivem Vertrauen besetzt. Rey (2002) spricht von der „agora-klaustrophobischen Position“. Man klammert sich an Mitmenschen, gleichzeitig besteht das unterschwellige Misstrauen, zu große Nähe könne an die verdrängte Aggression rühren und die Beziehung unberechenbar machen. In der Therapie der Borderline-Störung geht es um ein Nachreifen des Ich, die sukzessive Überführung diffuser Identitätszustände in Richtung eines klarer strukturierten, realistischeren Selbstkonzept (vgl. Kernberg 1983, 1991). Dazu gehören vor allem das Ertragenlernen ambivalenter Gefühlszustände, das Einüben eines gelasseneren Umgangs mit Enttäuschungen und das Durcharbeiten paranoider Gefühle. Grundvoraussetzung ist ein verläSSLicher und eindeutiger Rahmen (vgl. Pflighofer 2011). Der Therapeut darf sich nicht verwickeln, provozieren lassen, muss die projektiven Identifizierungen des Patienten aushalten, dessen böse Impulse in sich containen, „entgiften“ und, wenn möglich, in guter Form an den Patienten wieder zurückgeben (vgl. Bion 1992). Leicht droht in allerlei negativen Übertragungen das Misstrauen einzubrechen, kann es zu Behandlungskrisen und Abbrüchen kommen. Solche Therapien sind in der Regel langwierig und anstrengend.

Bleibt eine Atmosphäre der Verlässlichkeit und des Gehaltenseins gewahrt, gibt es dennoch, was die Verbesserung der psychischen Struktur angeht, durchaus gute Erfolgsaussichten.

Der Gedanke, dass narzisstische Persönlichkeiten unter größeren Vertrauensproblemen leiden, scheint auf den ersten Blick verwunderlich, verfügen sie doch oftmals über eine unbegrenzte Zahl an Kontakten, reiten, intelligent und brillant, auf der Erfolgswelle, verstehen es, ihre Umgebung scheinbar freundlich und charmant für sich einzunehmen. Dennoch handelt es sich beim pathologischen Narzissmus um eine schwere Persönlichkeitsstörung. Anstelle eines realistischen Selbstkonzepts hat sich in früher Kindheit ein pathologisches Größen-Selbst (Kohut 1979) entwickelt, das unbewusst ständig gegen Gefühle von Scham und Minderwertigkeit verteidigt werden muss. Erfolg, Prestige, Reichtum, der Kontakt zu grandiosen Persönlichkeiten – all das, was den Glanz der eigenen Persönlichkeit hebt, muss unter allen Umständen gesucht werden. Die Mitmenschen werden zu „Selbst-Objekten“, die den Narzissten bestätigen, bewundern, beschützen sollen, in ihrer Eigenart und Eigenständigkeit aber nicht wahrgenommen werden. Echtes Vertrauen, echte Anteilnahme und Sorge können nicht aufkommen. So sehr man äußere Bewunderung braucht, die Angst vor realer Bezogenheit, vor Einblick in die eigene Verletzlichkeit ist oft überwältigend. In der Therapie solcher Menschen empfiehlt es sich laut Kohut (1979), die Idealisierung des Patienten zunächst einmal anzunehmen, allmählich Vertrauen aufzubauen, in dosierter Form die Frustration zu steigern, zunehmend Interesse für den Anderen als eigenständigem Gegenüber zu wecken, überhaupt zu größerer Selbstreflexion und Selbstkritik zu befähigen. Leicht wird freilich die Behandlung abgebrochen, der Mitmensch zur Zielscheibe von Verachtung und ätzendem Spott. Kommt es zu Situationen, wo das eigene Versagen, die eigene Ohnmacht offenkundig werden, so bedeutet dies für den Narzissten eine schwere Katastrophe. Typisch sind unerwartete Reaktionen, der völlige Rückzug, der totale Kontaktabbruch, das beleidigte Aufgeben aller Ämter. Im Extremfall wird der Suizid zur makabren Schlussinszenierung, letzter Versuch, sich als Herr des eigenen Schicksals zu erleben und die Beleidiger der eigenen Person in stärkste Gewissensnöte zu stürzen.

Am elementarsten erfasst das Ur-Misstrauen Menschen mit einer psychotischen Störung. Der Rückzug in eine Welt tiefster Selbstvorwürfe und Melancholie in der schweren Depression, der Verlust des Gefühls inneren Zusammenhangs, sozialer Verankerung und

grundlegenden Vertrauens in der Schizophrenie – kein Trost und kein Zuspruch vermag offenbar den Patienten noch zu erreichen. Freud (1924) hatte die Schizophrenie als grundlegenden Konflikt zwischen Ich und Außenwelt interpretiert. Der Kranke sei vom Leben so enttäuscht, dass er sich seine eigene private Wahnwelt aufgebaut habe, von außen nicht erreichbar und auch dem Arzt gegenüber nicht übertragungsfähig. Nach heutigem Wissen lebt der Schizophrene keinesfalls grundsätzlich in einer einsam-autistischen Welt. Eher wird er von dem beherrscht, was Mentzos (1992) das „Nähe-Distanzdilemma“ nennt – einerseits der übergroße Wunsch nach symbiotischer Verbundenheit, andererseits die panische Angst, bei zu engem Kontakt verschlungen und vernichtet zu werden. Sofern man sich nicht auf eine rein medikamentöse Behandlung beschränkt, gilt es im psychotherapeutischen Gespräch immer wieder vertrauensvoll Kontakt zum nicht-psychotischen Persönlichkeitsanteil aufzunehmen, diesen zu stärken. Aber auch in Situationen, in denen der Patient halluziniert, sich von unheimlichen Mächten kontrolliert und verfolgt fühlt oder in größenwahnsinnige Identitäten schlüpft, darf dies nicht als bloßer Auswuchs eines kranken Gehirns abgetan werden. Selbst hinter den bizarrsten und abweisendsten Verhaltensweisen solcher Patienten kann sich noch ein Funke an Vertrauen verbergen, Vertrauen, das immer wieder aufgegriffen und bestärkt werden muss (vgl. Müller 2009).

Eine Mischung aus Pharmakotherapie, Psychotherapie und begleitender Milieutherapie vermag mittlerweile durchaus erstaunliche Erfolge aufzuweisen. Schwer floride Symptome werden in der Regel weitgehend medikamentös gedämpft. Viele Patienten können heute wieder ein einigermaßen stabiles Leben führen. Gottlob vorbei sind die gefängnisähnlichen Irrenanstalten mit den kataton vor sich hinvegetierenden Insassen und den ans Sadistische grenzenden Behandlungsmethoden. Und dennoch verbindet sich die Schizophrenie im öffentlichen Bewusstsein mitunter immer noch mit einer Aura des Unheimlichen, wird, gegen alle wissenschaftliche Erkenntnis, eine größere Neigung Schizophrener zur Gewalttätigkeit unterstellt. Einmal mehr, so scheint es, müssen wir die Angst und das Misstrauen vor dem Abgründigen, Unkontrollierbaren auf eine stigmatisierte Gruppe projizieren und dort zu bannen versuchen, vielleicht auch, um uns vom „ganz normalen Wahnsinn“ unserer Zeit abzulenken.

Traumatisierte Menschen, Migranten, Flüchtlinge – Suche nach dem verlorenen Vertrauen

Immer häufiger haben wir es in Beratung und Therapie mit den Opfern schwerer Unfälle, Katastrophen, sexuellen Missbrauchs zu tun, konfrontieren uns Flüchtlinge und Asylsuchende mit den furchtbaren Folgen archaischer gesellschaftlicher Gewalt, wie Vertreibung, Folter, Krieg und Genozid. Unter dem Trauma verstehen wir eine massive Gewalt einwirkung auf die Psyche. Ein unvorhersehbares, unfassbares Geschehen bricht in die Psyche ein, kann von den adaptiven Mechanismen des Ich nicht verarbeitet werden, setzt sich wie eine Art innerer Dämon in dissoziierten Bereichen der Psyche fest. Es herrscht fortan eine Spaltung der Identität zwischen dem bewussten Selbst und den vom Trauma affizierten Selbst-Anteilen (vgl. Huber 2006). Immer wieder kommt es bei der Konfrontation mit Reizen oder Personen, die an das Schreckliche erinnern, zu Flashbacks, dem Hochschießen traumatischer Gefühle, leben die Betroffenen in ständiger Anspannung, erneut von etwas Unverständlichem, Unerträglichem überflutet zu werden. Das „Erinnerungsvermögen und das Gespür für Historizität ist beschädigt“ (Oliner 2011: 398). Typische Folgen sind oft niedrige Belastbarkeit, Freudlosigkeit, Nervosität, Traurigkeit oder kompensatorische hektische Betriebsamkeit. Unfälle und Naturkatastrophen sind offenbar leichter zu verarbeiten als von Menschen zugefügte Traumata. Nicht allein das schlimme Ereignis, allgemein der Verlust der guten inneren Objekte, des Vertrauens in das Haltende und Gute der Welt, erschüttert das Identitätsgefühl in den Grundfesten (vgl. Bohleber 2000). Vor allem bei Extremtraumatisierungen resultiert daraus ein soziales Rückzugsverhalten. Man kapselt sich emotional ein, stumpft ab, meidet Kontakte und Begegnungen. Das depressive Misstrauen der Betroffenen, die plötzlichen Zorn- oder Panikausbrüche, das Verwirrende des hilfeschuchenden und hilfeabweisenden Verhaltens bedeuten für die Angehörigen eine enorme Belastung. Sekundäre Schwierigkeiten in Partnerschaft, Familie und Erziehung isolieren das Opfer noch weiter und erhöhen dessen innere Not.

In der Therapie traumatisierter Menschen geht es vorrangig um Beruhigung, innere Stabilisierung im Rahmen einer absolut zuverlässigen Atmosphäre. Dabei ist vor allem der nonverbale Bezug wichtig. Entwurzelte, traumatisierte Menschen hören anfangs kaum auf Worte, sondern auf den freundlichen Augenkontakt und den beruhigenden Tonfall

der Stimme. Entscheidend ist, den Betroffenen zu glauben, quasi als Anwalt und Zeuge für das Opfer einzutreten. Sie müssen das Gefühl bekommen, dass das furchtbare Geschehen vorbei ist, sie wieder geschützt und in Sicherheit sind. Erst dann kann man sich gegebenenfalls in aller Vorsicht dem schrecklichen Erlebnis zuwenden. Durch geduldiges Zuhören, behutsames Nachfragen fügen sich Erinnerungsfetzen und panikartige Gefühle allmählich zu einem deutlicheren Erleben der traumatischen Szene zusammen, bekommt das furchtbare Geschehen im Nachhinein ein stabileres Narrativ. Mit den Abgründen menschlicher Existenz konfrontiert zu werden, bedeutet auch für Therapeut*innen eine enorme Belastung, und generell stellt sich die Frage, ob sich eine solche Arbeit routinemäßig am Fließband erledigen lässt.

Ähnlich begegnen uns Themen des erschütterten und verloren gegangenen Vertrauens bei den Millionen von Fliehenden, Vertriebenen, Herumirrenden, den verzweifelt nach Europa drängenden Flüchtlingen. Auch wenn eine Migration freiwillig erfolgt, gleicht das Akkulturationsgeschehen oftmals einer zweiten Geburt. Man taucht in eine andere Welt ein, muss eine andauernde Versöhnungsarbeit leisten zwischen den internalisierten Traditionen seiner Heimat und der neuen Umgebung, eine fremde Sprache lernen, die Regeln und Konventionen des Gastlandes respektieren, gebotene Chancen nutzen und gleichzeitig das eigene So-Gewordensein nicht verleugnen. Grundthema unterschiedlicher Migrantengruppen ist oftmals das Gefühl, in zwei Welten zu leben, ein „innerer Riss“ (Erdheim 2003: 82), eine offen oder unterschwellig empfundene Gespaltenheit der Identität. Aus psychoanalytischer Sicht ist die Heimat eine Mutter-Repräsentanz, verbindet sich mit frühen Eindrücken der Kinderzeit, Bildern, Klängen, Gerüchen, die lebenslang an Gefühle urtümlichen Vertrauens rühren. Auch wenn man das Heimweh verleugnet oder hektisch überkompensiert, eine unterschwellige Traurigkeit, ein Verlustgefühl kann Migranten in bestimmten Situationen stets aufs Neue überfallen – Thomas Mann sprach vom „Herzasthma des Exils“.

Ungleich stärker wird das innere Unwohlsein, wenn man das Zuhause unfreiwillig verlassen hat, unter Schuldgefühlen leidet, die Mutter, Angehörige, Freunde im Stich gelassen zu haben, schlimmer noch, wenn sich aufgrund traumatischer Flucht das innere Objekt Heimat angesichts Verfolgung, Vergewaltigung und Genozid in ein alptraumhaftes Phantom verwandelt hat (vgl. Varvin 2016). Gerade bei Flüchtlingen kommt es auf die Toleranz und Hilfsbereitschaft der Aufnehmenden an, die psychische Stabilisierung, die

rasche Bearbeitung des Asylantrags, die Bereitstellung von Ausbildungsplätzen und Berufschancen. Wenn sich bei Migranten Träume zerschlagen, man gezwungen ist untergeordnete Tätigkeiten zu übernehmen, man auf offene oder geheime Ablehnung stößt, nimmt der Konflikt zwischen unbefriedigender Gegenwart und verklärter Vergangenheit an Stärke zu. Pathologien, die normalerweise in Schach gehalten werden, drohen in der fremden Umgebung virulent zu werden. Man fühlt sich unzufrieden, fehl am Platze, als Mensch zweiter Klasse, schämt sich gegenüber den eigenen Kindern. Menschen, die auch nach vielen Jahren nur gebrochen Deutsch sprechen, tragen gleichsam ihr inneres Unwohlsein nach außen.

In der Begleitung, Beratung und Therapie von Migranten erweist es sich für die Betroffenen oft als ausgesprochen schwierig, nicht in der eigenen Muttersprache über tiefe Gefühle zu sprechen, Anliegen adäquat zu artikulieren, Verletzungen zum Ausdruck zu bringen. Oft kommen Missverständnisse des Dolmetschens hinzu. Es bedarf der Aufgeschlossenheit für andere Kulturen, des Respekts und der Bereitschaft zur Einfühlung in fremde Sitten und Gebräuche. Werden – oft ganz unbeabsichtigt und unbemerkt – Schamschranken verletzt, ist es meist mit der Therapie schon vorbei, bevor sie überhaupt begonnen hat.

Die Welt im Umbruch – neue Identitäten, alte Probleme

Der immer raschere wissenschaftliche, technologische und soziale Wandel hat viele klassische Vorstellungen menschlicher Sozialisation infrage gestellt. Sicherheitsgebende, wenn auch einengende, Traditionen und gesellschaftliche Milieus haben sich aufgelöst. Die „Patchwork-Identität“ (Keupp u. a. 1999), der „flexible Mensch“ (Sennett 2010), die „Bastelexistenz“ (Hitzler & Honer 1994), das „unternehmerische Selbst“ (Bröckling 2007)) – die Postmoderne scheint ganz neue Lebens- und Beziehungsformen, neue Persönlichkeitstypen hervorzubringen. Noch nie hatte der Einzelne so viel Freiraum, eigenständig zu wählen, wie, mit wem, wofür er leben will, berufliche Positionen, private Beziehungen und persönliche Interessen bis ins Alter um- und neu zu definieren. Nicht selten freilich stellt das Projekt einer selbst gestalteten Identität hohe Ansprüche an das Individuum, geht mit neuen Formen der Krise, des Leidens und Scheiterns einher (vgl. Keupp u.a. 1999; Beck & Beck-Gernsheim 1994). Viele junge Menschen scheinen heute

in der neuen Zeit angekommen, experimentieren – unaufgeregt und universal vernetzt – mit unterschiedlichen Lebensauffassungen und Zukunftsmodellen, haben es gelernt, vertrauensvoll mit Vielfalt, kultureller Heterogenität, innerer und äußerer Widersprüchlichkeit umzugehen. Man könnte mit James Marcia (1989) von einer „konstruktiven“, „adaptiven Identitätsdiffusion“ sprechen

Auf der anderen Seite hinterlässt der Verlust an haltgebenden Traditionen und Werten nicht selten ein soziales und existenzielles Vakuum. Der zunehmende narzisstische Kult des Ich, das neoliberale Diktat zu Effizienzsteigerung und allumfassender Ökonomisierung, der Hang zu oberflächlicher Inszenierung, zu Polarisierung und schrillen Urteilen droht persönliche Authentizität, Verantwortlichkeit und sozialen Kitt zu gefährden. Sich überall glatt anpassen, blendend und täuschend stets den eigenen Vorteil suchen, heute verleugnen, was man gestern gesagt hat – im Kampf um Steigerung der Ich-Aktien wird menschliches Vertrauen in teils übler Weise untergraben und missbraucht. Das „erschöpfte Selbst“ (Ehrenberg 2004), die „bedrängte Seele“ (Conzen 2017) – immer häufiger begegnen uns verunsicherte und depressive Menschen, die sich dem Druck zu Flexibilität, Beschleunigung und Selbstoptimierung nicht mehr gewachsen fühlen, das Vertrauen in die eigene Selbstwirksamkeit und Kompetenz verloren haben.

Zunehmend zeigen sich gesellschaftliche Trends zu Rückwärtsgewandtheit, Abgrenzung und Vereinfachung. Gerade für junge Menschen, so Ergebnis der Shell-Jugendstudie 2019, scheinen, neben Weltoffenheit und Toleranz, Werte wie Treue und Zuverlässigkeit eine große Rolle zu spielen. Man sucht wieder vermehrt Schutz in Familie und Gemeinschaft, in traditionellen Werten und Lebensverhältnissen. Diese, wie Richard Sennett es nennt, „Sehnsucht nach der Stärkung des Ortes“ (2010: 189) ist eine verständliche Reaktion auf Reizüberflutung, hemmungslosen Kapitalismus und das allzu rasche Infragestellen vertrauter Lebensformen und Werte. Aber die „resistente Identität“ (Castells 2002) schlägt leicht in die verengte und verhärtete Identität um. Der weltweite Zuwachs an nationalen Egoismen, an Populismus, Autoritarismus, Extremismus und Rassismus, in totalitären Systemen gezielt demagogisch angeheizt, ist besorgniserregend. Welcher Hass, welche sprachliche Verrohung dadurch mittlerweile auch in westlichen Gesellschaften freigesetzt wird, zeigt sich an den Radikalismen der sich im Netz hochputschenden Rechtsextremen, Antisemiten, Querdenkern und Verschwörungstheoretikern. Ein radika-

les Misstrauen gegen alle staatliche Ordnung schweißt zusammen. Lügen, Halbwahrheiten, Fakenews werden zu unerschütterlichen Überzeugungen. Das Übel erweist sich als Komplott böser, profitorientierter Mächte, die teilweise erneut mit grotesken antisemitischen Vorurteilen zusätzlich dämonisiert werden.

So entschieden wir gegen diese Auswüchse Stellung nehmen müssen – wir dürfen uns nicht in allzu düsteren Zeitdiagnosen verlieren und die großen Fortschritte öffentlichen Bewusstsein in den letzten Jahrzehnten verleugnen, das gewachsenen Maß an Offenheit und Toleranz, die spontane Hilfsbereitschaft gegenüber Flüchtlingen und den Opfern von Naturkatastrophen, das gestiegene Umweltbewusstsein, das hohe Maß an ehrenamtlichem Engagement. Wie gestalten sich heute Vertrauensverhältnisse und was weckt Misstrauen in den Kernbereichen menschlicher Identität, in den privaten Beziehungen, im Arbeitsleben und in der Einstellung zu Politik, Weltanschauung und Religion?

Zwischenmenschliche Beziehungen - Hort des Vertrauens, Quelle des Misstrauens

Nach wie vor sind unsere engsten sozialen Bezüge in Familie, Partnerschaft und Freundschaft Hauptquelle und Hauptstütze unseres Vertrauensgefühls, werden Konflikte, Spannungen, Zerwürfnisse im zwischenmenschlichen Bereich als besonders identitätsgefährdend erlebt. Der rapide technologische Wandel, das ständige Kommunizieren in digitalen Welten hat vor allem das Leben der jungen Generation radikal verändert, lässt menschliches Kontaktverhalten universaler und autistischer zugleich werden. Zur klassischen Familie sind viele neue Lebens- und Beziehungsformen in Konkurrenz getreten. Starre männliche und weibliche Rollenmuster haben sich aufgelöst. Sexualität hat sich weitgehend von der Fortpflanzungsfunktion abgekoppelt, wird heutzutage ohne größere Skrupel in unterschiedlichen Formen und Beziehungsmustern gelebt. Bisexualität, gleichgeschlechtliche Liebe, quere Identitäten – all das hat sich, zumindest vordergründig, aus dem Odium von Unmoral und strafrechtlicher Verfolgung gelöst. Das, was als Befreiung und Entkrampfung gefeiert wird, birgt indessen auch neue Kompliziertheit in sich. Da wo der Schutz der Tradition fehlt, müssen Beziehungen oftmals neu ausgehandelt, abgesichert, überprüft, womöglich therapiert werden, werden rascher in Frage gestellt und aufgegeben.

Partnerschaften werden heute nicht selten nach rationalen Gesichtspunkten im Netz angeknüpft. Dennoch, trotz Paarshipping und Cybersex gibt es nach wie vor in Partnerbeziehungen ein großes Bedürfnis nach Intimität, nach Vertrautheit, Nähe und Zuverlässigkeit. Nach wie vor sind Untreue und Affären oftmals etwas ausgesprochen Verletzendes. Gerade menschliche Liebesfähigkeit ist in besonders starkem Maße vom erfolgreichen Durchlaufen früherer Entwicklungsphasen abhängig. Immer wieder das richtige Gleichgewicht zu finden zwischen Nähe und Distanz, Eigenheiten des Partners akzeptieren zu lernen, Krisen miteinander durchzustehen, Konflikte auszutragen, zu streiten und sich dennoch in allem das Gefühl zu geben, füreinander der wichtigste Mensch zu sein, erfordert ein hohes Maß an Urvertrauen und seelischer Autonomie. Gerade weil man oftmals in den privaten Bindungen einen Rückzugsort vor Hektik, Kälte und Anonymität sucht, wird die Partnerschaft leicht mit illusionären Ansprüchen nach totaler Geborgenheit und absolutem Verstehen aufgeladen und überlastet. Die unausweichliche Enttäuschung lässt die Beziehung schleichend entfremden. Die gemeinsame Zeit ist nicht mehr ausreichend, die Streitigkeiten wegen Bagatellen nehmen zu. Man erstickt in Vorwurfshaltungen, Streitritualen, misstrauisch-eifersüchtiger Kontrolle. Oder die Beziehung verflacht, man nimmt immer weniger Notiz voneinander, lässt das Sexualleben einschlafen, flüchtet sich womöglich in Affären. Nicht von ungefähr sind Partnerschaftsprobleme heutzutage häufigster Anlass, sich in Beratung oder Therapie zu begeben. Gerade in der Arbeit mit Paaren bedarf es einer Haltung der Unparteilichkeit, der Geduld, der Einfühlung in beide Partner, um allmählich das wechselseitige Misstrauen, die Streitrituale und eingefahrenen Kollusionen aufzulösen. Es geht vor allem darum, wieder ein Mehr an Gesprächsbereitschaft, Verständnis und emotionaler Anteilnahme zu erreichen, Vertrauen zu wecken, das neue Seiten am Partner entdecken lässt, der Beziehung neue Chancen eröffnet. Besondere Behutsamkeit ist angesagt, wenn die Sprache auf die sexuelle Beziehung kommt. So freizügig erotische Reize und Suggestionen mittlerweile in Medien, Werbung und Internet überquellen, in der Alltagskommunikation ist das Thema Sexualität weiterhin auffallend tabu. Immer noch gibt es viele Verunsicherungen und Leidensformen, die belasten, mitunter zerreißen und die offen anzusprechen, selbst in Beratung und Therapie schwerfällt. Eine besondere Chance und Bewährungsprobe für Paarbeziehungen ist die Geburt von Kindern. Das generative Motiv, Kinder zu zeugen und zu erziehen, ihnen Vertrauen zu vermitteln, Glück und Leid mit ihnen zu teilen, überhaupt im politischen und sozialen

Bereich einen Beitrag zum Allgemeinwohl zu leisten, erfüllt das Leben des erwachsenen Menschen bis ins Alter mit Zufriedenheit und Sinn. Andererseits bedeutet Elternschaft oftmals eine erhebliche Umstellung der eigenen Identität, rühren Entwicklungskrisen der Kinder Schwachpunkte in der Biografie der Eltern an, steigern sich oftmals Hilf- und Ratlosigkeit in nutzlose Machtkämpfe und wütende Auseinandersetzungen. Nach wie vor stoßen wir in unserer Arbeit auf erschreckende Formen von elterlicher Inkompetenz, Gleichgültigkeit und Gewalt. Der sexuelle Missbrauch durch eine erwachsene Bezugsperson ist die wohl schlimmste Erschütterung kindlichen Urvertrauens, und was das Ausmaß an Kinderpornographie in den digitalen Netzwerken angeht, blicken wir momentan in immer größere Abgründe.

Die „Demokratisierung der Familie“, der Übergang vom, wie Martin Dornes (2012) es nennt, „befehls- zum verhandlungsorientierten Erziehungsstil“, die Achtung des Eigenlebens und der Eigenrechte von Kindern, all diese Fortschritte des gesellschaftlichen Bewusstseins können gar nicht hoch genug veranschlagt werden. In manchen Familien zeigt sich dabei eine eigentümliche Diskrepanz, das, was die Soziologin Vera King (2011) als „generatives Paradoxon“ bezeichnet. Man möchte Kinder in ihrem Eigenrecht respektieren, ihnen Spielraum im wahrsten Sinne des Wortes geben, andererseits lastet – nicht nur bei den Helikopter-Eltern – der Druck zu Frühförderung, zur rechtzeitigen Schullaufbahn und Karriereplanung auf allen Beteiligten. Die väterliche Rolle hat sich in den letzten Jahrzehnten enorm gewandelt. Väter bringen sich heute weitaus mehr in die Erziehung ein, stellen, so Inge Seiffge-Krenke (2020), schon früh ein triangulierendes Moment dar, sind verstärkt auch Vertrauenspersonen und Identitätsstütze für Heranwachsende. Dennoch überwiegen im Ernstfall nach wie vor die klassischen Rollenmuster. Hektik, Überforderung, das Hin- und Hergerissensein zwischen Familie und Beruf belastet vor allem Mütter. Aus Schuldgefühlen, für die Kinder zu wenig Zeit zu haben, kommt es bisweilen zu übermäßig permissiven Haltungen, einem Verlust an klaren Stellungnahmen und Grenzsetzungen, vor allem auch zu einer Vernachlässigung der elterlichen Paarbeziehung. Die Flut an gut gemeinten Erziehungsratgebern und Internetanleitungen verheißt hier scheinbar Abhilfe. Aber der Druck, andauernd Familienkonferenzen abhalten, „fair streiten“ und „gewaltfrei kommunizieren“ zu müssen, erzeugt bei manchen Eltern auch Verunsicherung, behindert mitunter ein gesundes Bauchgefühl. Eltern und Kinder sind keine Partner oder guten Freunde, man kann nicht über alles diskutieren. Ab und an gilt

es, klare Rückmeldungen zu geben, Grenzen zu setzen, auf den Freiraum der elterlichen Paarbeziehung hinzuweisen. Nach wie vor haben Eltern die generative Verpflichtung, ihr Maß an Lebenserfahrung an die nächste Generation weiterzugeben. Dies gilt heutzutage insbesondere auch für den konsequenten Schutz bezüglich der Gefahren im Umgang mit den neuen Medien.

Großeltern haben heute vielfach eine wichtige Funktion, als Entlastung für gestresste Eltern, als ruhender Pol in Patchworkverhältnissen, vor allem als Vermittler von Urvertrauen und Lebenserfahrung an ihre Enkelkinder. Wenn die, wie Helm Stierlin (1982) es nennt, „bezogene Individuation“ gelungen ist, wenn Eltern- und Großelterngeneration sich erfolgreich voneinander abgegrenzt haben, man sich respektiert, aber nicht mehr reinredet, erweist sich ein harmonisches Drei-Generationenverhältnis – gerade für Kinder und Heranwachsende – als ausgesprochen bereichernd. Auf der anderen Seite kann die Bilanzkrise in der Mitte des Lebens – habe ich die richtigen Lebensentscheidungen getroffen, bin ich zufrieden mit dem, was ich erreicht habe, war die Loyalität zu Eltern und Herkunftsfamilie im Nachhinein zu groß – familiäre Krisen verschärfen. In der doppelten generativen Verpflichtung gegenüber aufmüpfigen, sich ablösenden Kindern und alt und gebrechlich gewordenen eigenen Eltern kommen frühere Verletzungen, Ungerechtigkeiten, Benachteiligungen noch einmal hoch. Soll man die „Schuld- und Verdienstkonten“ (Boszömeny-Nagy 1981), die offenen Rechnungen der Vergangenheit noch einmal ansprechen? Oder belässt man es dabei und bleibt womöglich auf seinem Groll sitzen? In aller Regel verbergen sich hinter den Streitritualen zwischen jüngerer und älterer Generation unbewältigte Themen der Vergangenheit, Verletzungen, Ungerechtigkeiten, Vernachlässigung, Familiengeheimnisse, einengende, überfordernde Delegationen und Vermächtnisse. Solche Themen in Ruhe in Familienberatung oder Familientherapie anzusprechen, kann eine Chance sein, über tragische Geschehnisse ins Gespräch zu kommen, vergangene Irrtümer und Missverständnisse klarzustellen, Konflikte aufzuweichen, sich selbst und den anderen in verändertem Licht zu sehen, die gemeinsame Zukunft neu zu planen. Andererseits gibt es Formen misstrauischer Verhärtung und Verbitterung, die keinem förderlichen Gespräch mehr zugänglich sind – bis hin zum völligen Abbruch der Beziehungen zwischen Eltern und Großeltern bzw. zwischen erwachsenen Geschwistern. Von einer sinnvollen und einvernehmlichen Trennung über ein geschäftsmäßiges Abwickeln, ein quälend ambivalentes Schwanken bis hin zum Einklinken elementaren Hasses

– das Beenden einer Partnerschaft wird heute sehr unterschiedlich er- und durchlebt. Die Trennung der Eltern und die Auflösung der bisherigen Familienstruktur bedeuten für Kinder einen Verlust an Halt und sozialer Identität. Um einer traumatischen Verarbeitung vorzubeugen, bedarf es eindeutiger Sorgerechtsregelungen, klarer Aussagen der Eltern den Kindern gegenüber. Sofern die beteiligten Erwachsenen sich einig sind, können auch neu entstehende Patchwork-Familien durchaus Chancen für neue vertrauensvolle Beziehungen in sich bergen. Wenn auch der Schmerz über das Zerschneiden einer Beziehung bisweilen schwere Krisen auslöst, ist es doch erfreulich, dass immer mehr Eltern Beratung in Anspruch nehmen, um sich fair zu trennen und möglichst Schaden von ihren Kindern fernzuhalten. Und für viele Kinder und Jugendliche kann es durchaus entlastend sein, nicht mehr andauernd Anspannung und Streit ausgesetzt zu sein. Leider erleben wir in den letzten Jahren zunehmend das Phänomen der Hochstrittigkeit. Der Ex-Partner wird zum absolut bösen Popanz, verantwortlich für alle Misshelligkeiten des Lebens. Kinder, Verwandte, Freunde, Anwälte, Therapeuten – sie alle werden in den gnadenlosen Krieg von Gut und Böse einbezogen. Man wechselt zur nächsten Beratungsstelle, zum Jugendamt, zum Familiengericht, um dann womöglich neu Beratung in Anspruch zu nehmen. Ungeachtet aller Beteuerungen, dies geschehe nur zum „Wohl der Kinder“, handelt es sich um ebenso irrationale wie Zeit raubende Schachzüge, die irgendwann auch Berater*innen zermürben. Das Zerrissene von Trennungskindern mit anzusehen, die in solch hasserfüllten Auseinandersetzungen als Spion, Intrigant, umstrittener Bundesgenosse oder Sündenbock missbraucht werden, ist besonders bedrückend. In tragischer Weise pflanzen sich Urmisstrauen und destruktive Beziehungsthemen mitunter in der nächsten Generation fort.

Moderne Arbeitswelten – Vertrauen in die eigene Kompetenz vs. Hektik und Überforderung

Nach wie vor stellen Arbeit und Beruf für den Durchschnittsmenschen ein Stück Kern-Identität dar. Die Freude am eigenen beruflichen Aufstieg, die Anerkennung der Kolleg*innen, der Chefin und des Chefs, das Gefühl, etwas Sinnvolles zu leisten, angemessen zu verdienen, sind starke Stützen unseres Selbstvertrauens. Vergleicht man all die freien Tage, Abfederungen und Vergünstigungen mit dem Harten und Bedrückenden früherer

Arbeitsverhältnisse, muss man sich fragen, ob es sich bei der Rede von einer durch und durch krank machenden modernen Arbeitswelt nicht um ein Klagen auf hohem Niveau handelt. Dennoch – die rapiden Wandlungen der Arbeitswelt machen diese keineswegs mehr zum Garant für vertrauensvolle Gefühle von Stabilität, Kontinuität und Zugehörigkeit. In vielen Fällen ist die berufliche Karriere heutzutage eine Kette von Fortbildungen, Evaluierungen, Weiterqualifikationen, des flexiblen Sicheinlassen-Müssen auf neue Positionen, Aufgaben und Verantwortungsbereiche. Überall, vor allem bei der Übernahme von Führungspositionen, lauern Identitätsverunsicherungen. Bin ich dem Stress gewachsen? Kann ich Kollegen und Vorgesetzten vertrauen? Wie offen darf ich Probleme ansprechen, werde ich im Ernstfall aufgefangen? In Zeiten digitalisierter Arbeitsplätze, dezentrierter Belegschaften und transnationaler Produktionsnetzwerke ist der Einzelne immer weniger Teil eines vertrauten Kollegiums, einer Firmenfamilie, sind klassische Formen von Berufssolidarität und gewerkschaftlicher Organisation im Schwinden begriffen. Die Grauzone von ungesicherten Arbeitsverhältnissen nimmt zu, insbesondere junge Menschen müssen sich nicht selten unter Wert verkaufen, handeln sich von einem Zeitvertrag zum nächsten.

Die Vielfalt an Organisationskrisen und Team-Zerwürfnissen beschäftigt Supervision und Unternehmensberatung. Meist werden die Vorgesetzten für alle Unzulänglichkeiten und Misshelligkeiten verantwortlich gemacht. In der Regel ist es aber ein kompliziertes Zusammenspiel von Führungsschwächen, überfordernden Umstrukturierungen, Personalknappheit, unklaren Hierarchien und dem Druck immer neuer Projektideen, Controlling- und Qualitätsbildungsmaßnahmen. Stets rühren berufliche Konflikte an die unterschwelligsten Familienthemen der Mitarbeiter, Rivalität, Autoritätskonflikte, Geschwisterneid, verletzte Schamgefühle. Werden solche Themen nicht offen ausgetragen, wächst leicht ein toxisches Klima des Misstrauens, der Unzufriedenheit, der mangelnden Offenheit und Konkurrenz. Leicht geht die gemeinsame Arbeitskultur unter in Spaltungen, in offenen oder geheimen Allianzen, Mobbing und wechselseitiger Entwertung (vgl. Kernberg 2000).

Die Zunahme an arbeitsbedingten Zusammenbrüchen und Erschöpfungsdepressionen – nicht nur bei traditionell stressbelasteten Berufen – ist gegenwärtig besorgniserregend. In der Regel verbirgt sich dahinter der Druck von ungesicherten Arbeitsverhältnissen und

Unterbezahlung, ein Klima hoher Anforderungen bei geringer Wertschätzung und geringem eigenen Entscheidungsspielraum. Mit ursächlich scheint darüber hinaus das subtile Diktat neoliberaler Arbeitsmoral, die einen Mitarbeiter leicht zu seinem eigenen Unternehmer macht. Der Kampf von Großkonzernen um Überleben, Spitzenleistung und höhere Marktanteile wird heutzutage geradezu mit Kriegsmetaphern geführt, schraubt oftmals die Spirale einer ruinösen Konkurrenz weiter voran. Manch stressgestählte Erfolgsmenschen erleben den Kampf im Haifischbecken mittlerweile als Garant eines neuen Narzissmus. Am Limit zu leben, in immer neuen Projekten auf der Überholspur zu sein, alle Konkurrenten aus dem Feld geschlagen zu haben – im völligen Sich-Überantworten an den totalen Markt findet man in paradoxer Weise zu sich, feiert euphorisch mit seinem Team das Überstehen der nächsten Bewährungsprobe. Nicht selten kommt es hier zu einer Art „Identitäts- Spaltung“ des Normalen: man verlagert vertrauensvolle Beziehungen auf das Privatleben, gibt sich dort weich und einfühlsam, tritt für ökologische und ethische Werte ein, zeigt sich aber im Berufsleben misstrauisch, kalt und unerbittlich. Besonders für Untergebene bedeutet es nicht selten Dauerstress, stets ansprechbar und offen für Neuerungen zu sein, keine Unsicherheit und Schwäche zeigen, nicht verzagt und krank sein zu dürfen. Bis in die Mittelschicht hinein, so Richard Sennett (2010), herrschen unterschwellige Ängste, den Anforderungen nicht mehr zu genügen, outgesourct ins Nichts zu fallen. Erfahrungen von länger dauernder Arbeitslosigkeit, Entlassung oder Frühverrentung können, im Zusammenspiel mit anderen Belastungsfaktoren, besonders stark das Selbstvertrauen des erwachsenen Menschen untergraben – am Ende gar in eine misstrauische Bitterkeit ob der eigenen Lebensbilanz münden.

Moderne Marktstrategien suchen Selbstzweifeln und Erschöpfung entgegenzuwirken, die Mitarbeiterzufriedenheit zu erhöhen. Der „emotionale Kapitalismus“, so die Soziologin Eva Illouz (2005), legt Wert auf Einfühlung, Anerkennung individueller Leistung, auf Teamarbeit und flexible Hierarchien. „Entschleunigungsasen“ und „Achtsamkeitstrainings“ sollen helfen, Zeitdruck und Stress, abzubauen, ein Klima vertrauensvoller Zusammenarbeit zu fördern. Kritiker sehen in diesen weichen Formen des Kapitalismus, die sich im Übrigen noch nicht bei den ausbeuterischen Unternehmen der dritten Welt herumgesprochen haben, einmal mehr eine raffinierte Strategie, Mitarbeiter verkappt zu noch mehr Leistung und Effizienz anzuhalten. Dennoch sind viele Fortschritte nicht zu

übersehen, flexiblere Arbeitszeiten, Verbesserungen der Team-Kommunikation, ein respektvolleres Miteinander, eine ausgewogene Work-Life-Balance, Vergünstigungen für Mütter und Familien, die wiederum Kindern zugutekommen.

Gerade für Mitarbeitende in lehrenden, helfenden und heilenden Berufen erweist sich darüber eine regelmäßige Supervision als oftmals unverzichtbar. Die professionelle Unterstützung in schwierigen Fällen und die Klärung problematischer Interaktionen im Team, die sich negativ auf das Arbeitsklima auswirken, steht unter einem fachlichen Auftrag. Supervision darf nicht in eine Art Gruppentherapie münden und zum Selbstzweck werden. Ein Klima förderlichen Austauschs in unterschiedlichen Arbeitsteams herzustellen, gestaltet sich mitunter nicht einfach, insbesondere, wenn sich die Supervisionsgruppe aus Mitarbeitenden und Vorgesetzten oder aus Vertretern unterschiedlicher Berufsgruppen zusammensetzt. Rasch betritt man unsicheres Gelände, insbesondere, wenn sich hinter den üblichen Alters-, Status- und Geschlechterkonflikten auch erotische Spannungen und Eifersucht verbergen. Es bedarf des Vertrauens, sich in der Falldarstellung bezüglich eigener Schwierigkeiten und möglicher Fehler zu öffnen, über den eigenen Anteil in Konflikten zu reflektieren, ein heikles Thema mit Chefin oder Chef anzusprechen, Rückmeldungen an Kolleginnen und Kollegen so zu geben, dass diese sich nicht provoziert oder beschämt fühlen. Der Supervisor muss die Situation des Vortragenden, das angesprochene Problem wie die gesamte Teamatmosphäre im Auge behalten. Gerade bei brisanten Themen kann es leicht zu gekränkten Reaktionen und zum Rückzugsverhalten einzelner Teammitglieder kommen, zu Fraktionsbildungen und Spaltungen, aber auch - als kollektiver Abwehrmechanismus - zu einer Misstrauenshaltung des gesamten Teams gegenüber dem Supervisor und zunehmendem Zweifel an dessen Kompetenz.

Werte, Ideale, politische und religiöse Überzeugungen – heute noch Quelle des Vertrauens?

Welchen Einfluss auf menschliches Vertrauen haben heute noch Werte, Ideale, politische und religiöse Überzeugungen, sind doch Normen und Glaubenshaltungen in der säkularen Moderne vielschichtiger geworden, werden flexibler und toleranter gehandhabt, vor allem kritischer hinterfragt. Auch auf existenziellem Gebiet muss der einzelne sich aus der Vielfalt von Optionen und Sinnangeboten eine eigene Perspektive stricken. Ob und

wo ich mich sozial engagiere, welche politischen oder religiösen Einstellungen ich veretre, welche Moralvorstellungen für mich noch maßgebend sind – es gibt kaum noch verbindliche Vorgaben für das, was dem Leben Tiefgang und Sinn vermittelt. Hitziges ideologisches Engagement – einst Kennzeichen der 68er – wird heute eher belächelt, wer existenzielle Fragen anspricht, stößt in manchen Kreisen auf freundliches Befremden. In Zeiten, wo Korruption, Bestechlichkeit, Fake-News und gezielte Desinformation immer zynischer die öffentliche Moral untergraben, wo Konzerne Ethik- und Kirchen Missbrauchskommissionen einsetzen und kaum Konsequenzen daraus ziehen, scheint es mit dem Vertrauen in traditionelle Autoritäten immer schlechter bestellt. Soziale Ungleichheit und Ungerechtigkeit, Verteilungskämpfe, Kinderarmut, Wohnungsnot, zunehmende Obdachlosigkeit – während Politik und öffentliche Institutionen drängenden Problemen scheinbar immer hilfloser gegenüberstehen, machen sich zunehmend Wut und Frustration öffentlich Luft. Egomane und Fundamentalisten schüren Zweifel an der demokratischen Ordnung, extreme Ansichten und ideologische Rigorismen sind mittlerweile in die Mitte der Gesellschaft gerückt. Dennoch kann man von einer allgemeinen Sinnkrise, einem Beliebigwerden von Moral oder einer weitgehenden politischen Indifferenz breiter Bevölkerungsschichten in dieser generalisierenden Form nicht sprechen. Gerade die Enttäuschung der jungen Generation über das Schleppende und Inkonsequente der Politik in der Behandlung drängender Zukunftsprobleme weckt neue Initiativen. Die „Veggie- Bewegung,“ die „Fridays-for-Future Bewegung“, hier deutet sich ein Stückweit die hoffnungsvolle Verbindung persönlicher Zukunftsplanung mit einer Sorge um die Zukunft der Welt an.

Was den existenziellen Aspekt menschlicher Identitätsfindung anbelangt, so hat zu allen Zeiten vor allem Religion das Urvertrauen des Menschen gestärkt. Der Glaube an überirdische Mächte gab und gibt im Rätselhaften unserer Existenz Antworten auf Fragen nach dem Woher und Wohin, spendet Trost in Momenten von Einsamkeit und Verzweiflung, weckt Hoffnung auf eine jenseitige Zukunft über das begrenzte irdische Dasein hinaus. Über Jahrhunderte bestimmten religiöse Institutionen als scheinbare Garanten des Vertrauens über politische Ordnungen, über Moral, Weltbild und sozialen Status des einzelnen - und schürten doch in Krisensituationen immer wieder heilloses Misstrauen. Während derzeit für viele der verunsicherten Asylanten und Migranten die religiösen Traditionen ihrer Heimatländer zur unabdingbaren Stütze werden, ist Religion für westliche

Individuen nicht mehr selbstverständlich vorgegebene Kernidentität. In einem historisch unvergleichlich kurzen Zeitraum haben die großen christlichen Konfessionen ihren Einfluss auf Selbstgefühl und Lebensführung der meisten Menschen verloren. Kaum noch kommt die Identitätskrise in religiösen Ängsten, Zweifeln oder Schuldgefühlen zum Ausdruck. Aber auch das dezidiert kämpferische Vertreten atheistischer Positionen ist selten geworden. Eher spiegelt sich im Seelenleben vieler Menschen jener eigenartige Bruch der Moderne wider, das Gespaltensein zwischen wissenschaftlich-rationalem Weltbezug und Resten an einstigem Kinderglauben.

Dennoch – gerade der Verlust an existenziellem Tiefgang in der stahlharten, entzauberten Welt scheint einen Sinnverlust, eine Identitätsverarmung hervorzurufen, auf die die Götter der Postmoderne, Reichtum, Macht, Erfolg, keine Antwort haben. Deutlich stößt der Säkularismus heute an seine Grenzen, werden Bedürfnisse nach Sinn, spiritueller Gemeinschaftlichkeit und existenziellem Vertrauen wieder spürbarer. Der heutige Glaube in einer Zeit der Leichtgläubigkeit hat eine neue Qualität, beherbergt, wie Werner Bohleber (2009: 814) sagt, „höchst subjektive Mischungen von Überzeugungen und Gottesvorstellungen in sich“. Oft pickt man sich diejenigen Auffassungen heraus, die in ein allgemein humanistisches Lebenskonzept passen, verschmilzt dies womöglich mit Elementen anderer Religionen, mit Mystik, Spiritualität und Esoterik, möchte sich aber nicht mehr an kirchliche Institutionen und vorgegebene Glaubensbekenntnis binden. Auch bei dem immer geringer werdenden Prozentsatz der Kirchenbesucher ist es oftmals eine individualisierte Religion, die noch den Gemeinschaftsbezug sucht, sich aber in der praktischen Lebensführung weitgehend aus Autorität, Dogma und Lehrmeinung gelöst hat. Der Missbrauchsskandal, das autoritäre Gehabe mancher Kirchenoberer, der zähe Widerstand selbst gegen notwendigste Reformansätze hat speziell in der katholischen Kirche das Vertrauen selbst treuer Gläubiger erschüttert. Immer wieder erleben wir in der Supervision von Mitarbeitenden in kirchlichen Organisationen den Konflikt zwischen eigener Lebensführung und kirchlichen Grundordnungen, zwischen der Loyalitätsverpflichtung zum Dienstgeber und eigenen Gefühlen von Unverständnis und Empörung (vgl. Conzen 2020). Es bedarf, nicht nur in der katholischen Kirche, des Vertrauens, des Mutes zu neuen Experimenten und neuen Wegen. Aber gerade ein ausreichendes Maß an Vertrauen scheint das zu sein, woran es den Fundamentalisten aller Couleur im Letzten immer wieder mangelt.

Im Gegensatz dazu beobachten wir, gerade in den Konfliktszenarien des Nahen und Mittleren Ostens, ein bestürzendes Wiederaufflammen religiösen Fanatismus, gewinnen auch im Westen streng gläubige Gruppen mit erzkonservativem Weltbild und rigiden Moralvorstellungen bedenklich an politischem Einfluss. Einmal mehr wird Gott in die Rolle eines strengen, unnachsichtigen Über-Ichs versetzt, einmal mehr werden Glaubenssätze instrumentalisiert, um Machtansprüche und Gruppenegoismen metaphysisch unangreifbar zu machen. Welche Rolle Religionen in einer Welt von Morgen spielen werden, hoffentlich als Quelle von Vertrauen und Hoffnung, als ethisches Korrektiv, und nicht als Brandbeschleuniger verhängnisvoller Konflikte, scheint derzeit ebenso unvorhersehbar wie schicksalsträchtig.

Fazit: Wo stehen wir heute?

Beim Versuch dieses Aufsatzes, auf wenigen Seiten die existenzielle Bedeutung des Vertrauens für menschliches Leben in seinen Facetten und Gefährdungen herauszuarbeiten, konnten manche Themen nicht behandelt werden, bleiben wichtige Fragen offen. Gerade auf klinischem Gebiet bedarf es weiterer Forschungsergebnisse, weiterer Experimente, vor allem einer noch umfassenderen interdisziplinären Zusammenarbeit. Überall, insbesondere bei der Behandlung schwerer Persönlichkeitsstörungen, ist von einseitigen ideologischen Standpunkten abzuraten. Grundsätzliche Frage muss sein: Wie können wir Vertrauen stärken, was hilft dem konkreten Menschen in einer ganz speziellen, einzigartigen Lebenssituation weiter?

Der katastrophale Mangel an Therapieplätzen ist derzeit eine große Herausforderung für unser Gesundheitssystem. Was bringt es Menschen in schweren Lebenskrisen, wenn sie mitunter ein halbes Jahr auf eine gründlichere Behandlung warten müssen? Dringend notwendig erscheint ebenso die weitere finanzielle Stützung und der Ausbau von Beratungsstellen sowie die Ausweitung von Supervisionsangeboten, vor allem auch für Lehr- und Pflegekräfte. Um eine Atmosphäre des Vertrauens aufzubauen, bedarf es nach wie vor ausreichend Zeit. Beratung, Psychotherapie und Sozialarbeit dürfen nicht noch mehr dem Diktat ökonomischer Rentabilitätsmaßstäbe unterworfen werden, es kann nicht um ein immer oberflächlicheres Coachen zurück zur bloßen Funktionsfähigkeit gehen.

Der Kontrast zwischen unserem Handeln und dem derzeitigen Weltgeschehen ist indes fatal. Anstatt die drängenden Zukunftsprobleme gemeinsam in Angriff zu nehmen, erleben wir im neuen globalen Konflikt zwischen demokratischen Ordnungen und autoritären Regimen ein immer misstrauischeres Gegeneinander. Die Zukunftsaussichten sind düster, die drohenden Gefahren apokalyptisch. Und der Gedanke, dass wir mit unseren Methoden stärkeren Einfluss auf politische Geschehnisse nehmen könnten, scheint zum gegenwärtigen Zeitpunkt naiv. Was wir tun können, ist immer wieder das Vertrauen in unseren Kindern zu stärken, uns für eine offene Gesellschaft, für demokratische Werte und Lebensformen einzusetzen. Und vielleicht bedarf es letztlich doch eines Stück positiver Geschichtsphilosophie, eines Stück Hoffnung auf Fortschritte internationaler Zusammenarbeit im Kampf gegen Hunger, Verelendung und Klimawandel, auf Fortschritte im Kampf gegen die Menschheitsübel Gewaltherrschaft, Rassismus und Krieg, auf Fortschritte hin zum Bewusstsein gesamt menschlicher Identität und Solidarität. Es kommt dabei auf uns alle an. Erik Homburger Erikson (1975: 292) hat es einst in einen wunderbaren Satz gefasst: „Jede Generation schuldet der nächsten einen verlässlichen Schatz an Urvertrauen“.

Literatur

- Balint, M. (1997): Die Urformen der Liebe und die Technik der Psychoanalyse. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Bion, W. (1992): Elemente der Psychoanalyse. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Bohleber, W. (2000): Die Entwicklung der Traumatheorie in der Psychoanalyse. In: Psyche-Z Psychoanal – Zeitschrift für Psychoanalyse und ihre Anwendung, 54, S. 797-839.
- Bohleber, W. (2009): Psychoanalyse und Religion: Facetten eines nicht unproblematischen Verhältnisses. In: Psyche-Z Psychoanal – Zeitschrift für Psychoanalyse und ihre Anwendung, 54, S. 803-821.
- Bohleber, W. (2016): Die Psychoanalyse in einer globalisierten Welt. In: Psyche-Z Psychoanal – Zeitschrift für Psychoanalyse und ihre Anwendung, 70, S. 765-778.
- Boszömeny-Nagy, I. (1981): Die Dynamik familiärer Systeme. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Bröckling, U. (2007): Das unternehmerische Selbst. Soziologie einer Subjektivierungsform. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Castells, M. (2002): Das Informationszeitalter, Wirtschaft, Gesellschaft, Kultur. Teil 2: Die Macht der Identität. Opladen: Leske und Budrich.
- Conzen, P. (2005): Fanatismus. Psychoanalyse eines unheimlichen Phänomens. Stuttgart: Kohlhammer.
- Conzen, P. (2017): Die bedrängte Seele. Identitätsprobleme in Zeiten der Verunsicherung. Stuttgart: Kohlhammer.

- Conzen, P. (2020): Glaube braucht Nähe und Vertrauen. In: Mertes, B. & Mertes, M. (Hrsg.): Von der Volkskirche zur Sekte? Paderborn: Bonifatius-Verlag, S. 87-98.
- Dornes, M. (2012): Die Modernisierung der Seele. Kind – Familie – Gesellschaft. Frankfurt am Main: Fischer.
- Ehrenberg, A. (2004): Das erschöpfte Selbst. Depression und Gesellschaft in der Gegenwart. Frankfurt am Main & New York: Campus.
- Erdheim, M. (2003): Migration und Psyche. In: Psychosozia, 26, S. 81-87.
- Erikson, E. H. (1975): Der junge Mann Luther. Eine psychoanalytische und historische Studie. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Erikson, E. H. (1981a): Jugend und Krise. Die Psychodynamik im sozialen Wandel. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Erikson, E. H. (1981b): Identität und Lebenszyklus. Drei Aufsätze. 7. Auflage. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Freud, S. (1924): Neurose und Psychose, GW 13, S. 387-391.
- Filipp, S.-H. & Aymanns, P. (2010): Kritische Lebensereignisse und Lebenskrisen. Vom Umgang mit den Schattenseiten des Lebens. Stuttgart: Kohlhammer.
- Haußer, K. (1995): Identitätspsychologie. Berlin, Heidelberg, New York: Springer.
- Hitzler, R. & Honer, A. (1994): Bastelexistenz. Über subjektive Konsequenzen der Individualisierung. In: Beck, U. & Beck-Gernsheim, E. (Hrsg.): Riskante Freiheiten. Individualisierung in modernen Gesellschaften. Frankfurt am Main: Suhrkamp, S. 307-325.
- Hole, G. (2004): Fanatismus. Der Drang zum Extrem und seine psychischen Wurzeln. Gießen: Psychosozial-Verlag.
- Huber, M. (2006): Wege der Traumabehandlung, Paderborn: Junfermann.
- Illouz, E. (2005): Gefühle in Zeiten des Kapitalismus. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Kernberg, O. (1983): Borderline-Störungen und pathologischer Narzissmus. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Kernberg, O. (1991): Schwere Persönlichkeitsstörungen. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Kernberg, O. (2000): Ideologie, Konflikt und Führung. Psychoanalyse von Gruppenprozessen und Persönlichkeitsstruktur. Stuttgart: Klett-Cotta.
- Keupp, H. u. a. (1999): Identitätskonstruktionen. Das Patchwork der Identität in der Spätmoderne. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- Klein, M. (1972): Das Seelenleben des Kleinkindes und andere Beiträge zur Psychoanalyse. Reinbek bei Hamburg: Rowohlt.
- King, V. (2011): Beschleunigte Lebensführung – ewiger Aufbruch. In: Psyche-Z Psychoanal – Zeitschrift für Psychoanalyse und ihre Anwendung, 65, S. 1061-1088.
- Kohut, H. (1979): Die Heilung des Selbst. Frankfurt am Main: Suhrkamp.
- Marcia, J. E. (1989): Identity diffusion differentiated. In: Luszcz, M. A. & Nettrelbeck, T. (Hrsg.): Psychological development across the life-span. North-Holland: Elsevier, S. 289-293.
- Mentzos, S. (1992): Psychodynamische Modelle in der Psychiatrie. 2. Auflage. Göttingen: Vandenhoeck &

Ruprecht.

Müller, T. (2009): Die psychotische Transformation der Persönlichkeit. In: *Psyche-Z Psychoanal – Zeitschrift für Psychoanalyse und ihre Anwendung*, 63, S. 748–772.

Oliner, M. M. (2011): Das Leben ist kein Traum. Die Bedeutung des Realen. In: *Psyche-Z Psychoanal – Zeitschrift für Psychoanalyse und ihre Anwendung*, 63, S. 385-408.

Pflichthofer, D. (2011): Der Rahmen: Zwischen Gesetz und Freiheit. In: *Psyche-Z Psychoanal – Zeitschrift für Psychoanalyse und ihre Anwendung*, 65, S. 30-62.

Rey, J. H. (2002): Schizoide Phänomene im Borderline-Syndrom. In: Spillius, E. B. (Hrsg.): *Melanie Klein heute. Entwicklungen in Theorie und Praxis, Band 1: Beiträge zur Theorie*, 3. Auflage. Stuttgart: Klett Cotta, S. 253-287.

Rohde-Dachser, C. (2004): *Das Borderline-Syndrom*. 6. Auflage. Bern: Huber.

Seiffge-Krenke, I. (2020): *Jugendliche in der psychodynamischen Psychotherapie*. 4. Auflage. Stuttgart: Klett-Cotta.

Sennett, R. (2010): *Der flexible Mensch. Die Kultur des neuen Kapitalismus*. 8. Auflage. Berlin: Berlin-Verlag.

Stierlin, H. (1982): *Delegation und Familie. Beiträge zum Heidelberger familiendynamischen Konzept*. Frankfurt am Main: Suhrkamp.

Till, W. (2009): Psychoanalytische Aspekte in der Krisenintervention. In: *Psyche-Z Psychoanal – Zeitschrift für Psychoanalyse und ihre Anwendung*, 63, S. 773-793.

Varvin, S. (2016): Asylsuchende und Geflüchtete: ihre Situation und ihre Behandlungsbedürfnisse. In: *Psyche-Z Psychoanal – Zeitschrift für Psychoanalyse und ihre Anwendung*, 70, S. 825-855.

Volkan, V. D. (1999): *Das Versagen der Diplomatie. Zur Psychoanalyse nationaler, ethnischer und religiöser Konflikte*. Gießen: Psychosozial-Verlag.

Winnicott, D. W. (1971): *Vom Spiel zur Kreativität*. Stuttgart: Klett-Cotta.