

Beate Handler

MONSTER VON NEBENAN

WIE GUT KENNEN SIE IHREN NACHBARN?



Bildrechte Autorenfoto: Beate Handler

Bildrechte Umschlag: © bilderstoeckchen – Fotolia.com, © vlnrn – Fotolia.com

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung sowie der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werks darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung des Verlags reproduziert werden oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.

Die Autorin und der Verlag haben dieses Werk mit höchster Sorgfalt erstellt. Dennoch ist eine Haftung des Verlags oder der Autorin ausgeschlossen. Die im Buch wiedergegebenen Aussagen spiegeln die Meinung der Autorin wider und müssen nicht zwingend mit den Ansichten des Verlags übereinstimmen.

Der Verlag und seine Autorin sind für Reaktionen, Hinweise oder Meinungen dankbar. Bitte wenden Sie sich diesbezüglich an verlag@goldegg-verlag.at.

ISBN Print: 978-3-902729-45-3

ISBN E-Book: 978-3-902729-46-0

© 2011 Goldegg Verlag GmbH, Wien

Mommsengasse 4/2 • A-1040 Wien

Telefon: +43 (0) 1 5054376-0

E-Mail: office@goldegg-verlag.com

<http://www.goldegg-verlag.com>

Herstellung: Goldegg Verlag GmbH, Wien

Druck: CPI Moravia Books

Vorwort

„Was ist normal? Aus soziologischer Sicht ist normal, was in einer Gesellschaft betreffend soziale Normen und konkrete Verhaltensweisen als selbstverständlich gilt und worüber nicht mehr entschieden werden muss. Vermittelt wird es durch Erziehung und Sozialisation.“

„Jeder Mensch, auch ein Krimineller, ist ein einzigartiges Individuum, mit speziellen Problemen und/oder Störungsbildern, der mit bestimmten genetischen Vorgaben zur Welt kam, unter individuellen Lebensbedingungen aufwuchs und nun in einem bestimmten sozialen Umfeld lebt und von Umgebungsfaktoren beeinflusst wird.“

Zwei markante Sätze aus diesem spannenden Buch, in dem Beate Handler versucht, die vielen Facetten der menschlichen Psyche zwischen „normal“, „auffällig“ und „krank“ zu beleuchten. Was diese Untersuchung von vielen anderen, die heute auf dem Markt sind, unterscheidet, ist, dass die Autorin ihre Darstellungen durch unzählige Beispiele aus ihrer eigenen psychotherapeutischen Praxis, aber auch aus hochaktuellen Missbrauchsfällen der letzten Jahre illustriert und so auch für den psychologisch nicht versierten Leser verständlich macht. Sie widmet dieses Buch allen Menschen dieser Welt, denen durch andere oder von anderen Menschen Leid zugefügt wurde, und man merkt in jeder Zeile ihr tiefes Mitgefühl mit den Opfern, aber auch den Versuch, das Verhalten der „Täter“ zu verstehen und daraus Möglichkeiten der Behandlung und Prävention zu gewinnen. Gerade damit gewinnt dieses Buch seine ungeheure Aktualität.

Udo Jesionek

Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	7
I. Mensch – Mitmensch – Unmensch	11
1. Der Durchschnittsmensch	11
2. Abgründe – Bizarre und unglaubliche Taten	22
3. „Er war nie auffällig“ – Was lauert in uns?.....	31
4. Warum keiner etwas gemerkt hat – oder hat ohnehin jeder etwas gemerkt?.....	42
II. Gibt es in jedem eine dunkle Seite?	55
5. Was ist „normal“?	55
6. Zwischen Fantasie und Realität	63
7. Wann werden dunkle Wünsche gefährlich?.....	77
III. Die Kindheit – Schlüssel unserer Psyche.....	90
8. Welche Rolle spielt die Kindheit?	90
9. Schlüsselerlebnisse und ihre Verarbeitung	106
10. „Mörderische Triade“ – Bettnässen, Tierquälerei, Brandstiftung	119
IV. Zwischen „normal“, auffällig und krank.....	131
11. Der (lange) Abstieg	131
12. Wird jeder seelisch „gesund“ geboren?	145
13. Verhaltensoriginell oder krank?	157
14. Aggressionen	168
15. Ängste und Phobien.....	183
16. Die gestörte Psyche	195
17. Was bedeutet „geistig abnorm“?.....	207
18. Der Soziopath (wohnt um die Ecke)	221
19. Der Narzisst im Zerrspiegel der Selbstliebe.....	241
20. Stalken – Pirschjagd auf Menschen	261
21. Gibt es „das Böse“?	290
V. Ist Heilung möglich?.....	315
22. Geheilt in ein neues Leben entlassen – geht das?	315
23. Möglichkeiten der Behandlung	333

VI. Epilog.....	351
VII. Dankesworte und fromme Wünsche	354
VIII. Anhang.....	356
Was bedeutet geistig abnorm?.....	356
Über die Autorin	359
Literatur	361

II. Gibt es in jedem eine dunkle Seite?

5. Was ist „normal“?

$$N = \frac{n_{val}}{V}$$

Durch diese Gleichung ist Normalität definiert. Sie fragen sich gerade, ob ich noch normal bin? Aus meiner Sicht ja – aus Sicht eines Chemikers im Augenblick sicher nicht. Der Grund ist, dass ich einfach eine Gleichung, die Normalität definiert, nicht nur völlig aus dem Zusammenhang gerissen, sondern außerdem noch völlig sinnwidrig eingesetzt habe. Für all jene, die chemisch so unbedarft sind wie ich, es handelt sich dabei um eine Konzentrationsangabe in der Chemie, die Äquivalentkonzentration. Ich habe nicht den blasesten Schimmer einer Ahnung, was das ist, und werde mich auch nicht weiter damit beschäftigen. Was ich jedoch damit zum Ausdruck bringen möchte, ist, dass eine Aussage, ob etwas „normal“ ist, immer unter Berücksichtigung der Umgebungsfaktoren zu tätigen ist.

Aus soziologischer Sicht ist das normal, was in einer Gesellschaft betreffend soziale Normen und konkrete Verhaltensweisen als selbstverständlich gilt und worüber nicht mehr entschieden werden muss. Vermittelt wird es durch Erziehung und Sozialisation. Es dient dazu, Sicherheit im zwischenmenschlichen Umgang innerhalb einer Gesellschaft zu gewährleisten. Eine Gesellschaft ist jedoch nicht nur riesiger Einzeller, sondern auch gleichzeitig ein hochkomplexer mehrzelliger Organismus mit sogenannten Subkulturen. In Subkulturen werden häufig ein eigenes Selbstverständnis und eigene Verhaltensmuster für deren Mitglieder entwickelt. Jeder Mensch gehört nun nicht nur dem Einzeller Gesellschaft an, sondern kann sich auch verschiedenen gesellschaftlichen Untergruppen zugehörig fühlen.

Haben Sie sich die KundenbetreuerInnen am Bankschalter schon

einmal aufmerksam angesehen oder ÄrztInnen oder BackfrischwarenverkäuferInnen oder die LehrerInnen Ihrer Kinder? Die Berufsgruppen sind willkürlich austauschbar, ich wählte einfach solche, die gewissen Kleidungs- oder Uniformvorschriften unterliegen, durch die auch Seriosität vermittelt wird. Wir sehen nun eine solche Person und uns werden Vertrauenswürdigkeit und Ernsthaftigkeit vermittelt und damit gleichzeitig auch eine gewisse Normalität der Person.

Durch Zufall sind wir nun Zaungäste bei der Regenbogenparade, einem Event in Wien, bei dem für die Gleichberechtigung von homosexuellen Menschen demonstriert wird. Das Outfit der TeilnehmerInnen reicht von lustig und bunt hin bis hocherotisch – unabhängig davon, ob sie nun metro-, hetero- oder homosexuell sind. Bei diesem Umzug entdecken wir nun plötzlich den Kundenbetreuer unserer seriösen Bank, den wir nur mit Hemd und Krawatte kennen, in einer Bondage-Uniform, die seinen Waschbrettbauch erotisch in Szene setzt. Jetzt könnte es passieren, dass ein Mensch von einer Sekunde auf die andere nicht mehr als normal wahrgenommen wird, sondern vielleicht als abartig. Aber da wir ja aufgeschlossene und reife Menschen sind, schieben wir dieses Urteil schnell wieder beiseite und sagen uns, dass es ja wohl seine Sache ist, was er so im Privatleben tut. Außerdem hat er uns bisher gut beraten und zur Anhäufung unseres Vermögens beigetragen.

Wie sieht dieses Szenarium nun aus, wenn Sie auf dieser Parade die Lehrerin Ihres Kindes in einer kurzen Latexhose, Netzstrümpfen und engem schwarzen Mieder, welches die Brüste stark betont, entdecken? Gestehen Sie ihr auch zu, weiterhin als normal von Ihnen wahrgenommen zu werden? Oder beginnen wir geschockt zu befürchten, dass sie einen schlechten Einfluss auf die Kinder nehmen könnte? Oder ist sie in Ihren Augen plötzlich, obwohl sie bis dato eine pädagogische Koryphäe war, plötzlich unfähig zum Lehrberuf?

Sollten Sie die Verkäuferin aus der Bäckerei im selben Outfit sehen, so wird Sie das vermutlich wenig tangieren, da deren andersartige Gesinnung keinen Einfluss auf Ihr eigenes Leben oder auf die Frische Ihrer Frühstücksbrötchen nimmt.

Hingegen werden Menschen, die selbst ein Faible für Bondage oder Sadomaso haben, erfreut reagieren, da es die Person in ihren Augen noch normaler macht. Meistens hängen Menschen ihre sexuellen Vorlieben nicht an die große Glocke, zumal sonst Zuschrei-

bungen von Abartigkeit daraus resultieren könnten und auch weil Sexualität einfach etwas Intimes ist. Sexualität gehört einem selbst und geht außer PartnerInnen niemanden etwas an. So, jetzt bin ich bereits in ein Fettnäpfchen gestiegen, denn wer sagt, dass die Sexualität etwas Intimes ist? Die Einzellergesellschaftsnorm sagt das so, aber der mehrzellige Gesellschaftsorganismus lässt als Subkultur Parkplatzsex oder Swingerclubs durchaus zu, und flugs ist Sexualität fast öffentlich und Zusehen beim Sex auch normal. Unterm Strich bedeutet das, es ist normal, Sexualität als etwas Intimes zu behandeln, und es ist ebenso normal, Sexualität zur Schau zu stellen.

Nicht normal wäre es, wenn Menschen, die ihre Sexualität intim behandeln möchten, beispielsweise gezwungen werden, Parkplatzsex zu praktizieren. Dasselbe gilt auch für die sexuelle Spielart des Sadoomasochismus sowie für alle Arten von Sexualpraktiken. Es muss freiwillig sein und es darf durch die jeweilige Sexualpraktik niemandes Leben gefährdet sein. Um das zu verhindern, gelten in diesen Subkulturen auch sehr strenge Regeln und der Einsatz von Codeworten ist üblich, damit nie die Grenzen der individuellen sexuellen Bedürfnisse einer Person überschritten werden. Wäre es ebenso normal, sich im Beziehungs- und Berufsalltag strikt an solche Regeln zu halten, gäbe es meines Erachtens wesentlich weniger emotionale Kränkungen und Verletzungen.

Es kommt auch immer wieder vor, dass Menschen sich psychologische Unterstützung holen, weil sie verunsichert sind, ob ihr „abweichendes“ Sexualverhalten normal ist oder ob sie deswegen nun abnormal sind. Die aus solchen psychologischen Sitzungen gewonnene Erkenntnis der Normalität entlastet und befreit meist sehr. Was daran soll nun zum Beispiel „verrückt“ sein, wenn eine Frau es als erotisch, stimulierend empfindet, ohne Unterhöschen zur Arbeit zu gehen, sie dort mit ihrem Partner telefoniert und diese nur durch Oberkleidung bedeckte Nacktheit zum heißen Telefonsex nutzt? Zu argumentieren wäre höchstens, dass es ArbeitgeberInnen gegenüber unmoralisch ist, deren „gekaufte“ Zeit zum genussvollen Eigenbedarf zu nutzen. Was aber ist dann beispielsweise mit RaucherInnen und deren Rauchpausen oder Kaffeesüchtigen und deren Kaffeepausen oder gesundheitsbewussten VielwassertrinkerInnen und deren Pinkelpausen?

Die Freiwilligkeit und das beidseitige Einverständnis der

PartnerInnen ist auch bei „Nullachtfünfzehn“-Sex – wie auch immer dieser für den jeweiligen Menschen aussehen mag – Voraussetzung, um ein Sexualverhalten als normal bezeichnen zu können. Alles andere ist Missbrauch und Vergewaltigung und somit alles andere als normal. Es ist jedoch nicht verrückt, sondern ein Verbrechen, für das TäterInnen die volle Verantwortung mit allen Konsequenzen zu tragen haben. Das gilt auch für die Rahmenbedingung „Ehe“!

Normal ist es auch, wenn bei Liebesspielen jeglicher Art, egal ob „nullachtfünfzehn“, Kamasutra oder Sodomaso, obszöne Worte fallen oder sogar Beschimpfungen stattfinden, vorausgesetzt es ist allen Beteiligten ein Bedürfnis. Auf keinen Fall jedoch darf darauf vergessen werden, dass all diese Obszönitäten ausschließlich ihren Platz im Rahmen von Liebesspielen haben. Es ist absolut tabu, PartnerInnen im Alltag beispielsweise mit „Du Sau“ oder anderen Schimpfworten zu beleidigen und dann unschuldig zu meinen: „Was hast du denn plötzlich, das magst du doch sonst so gerne?!“

Ob etwas als normal zu bezeichnen ist, hängt auch immer davon ab, in welche „Rolle“ ein Mensch gerade im „Drehbuch seines Lebens“ geschlüpft ist. Der Begriff „Soziale Rolle“ ist dem Theater entlehnt und bedeutet, dass sich der Mensch in seinem Alltag den jeweiligen Rahmenbedingungen angepasst verhält. Wir verhalten uns unterschiedlich, wenn wir nun gerade zum Beispiel als Freund oder Freundin agieren, als Eltern, ArbeitnehmerIn, KollegIn oder Geschwister. Je nachdem, welche Rolle wir einnehmen, werden wir unser Verhalten so ausrichten, wie wir es im Zuge unserer Sozialisation gelernt haben oder infolge bestimmter Beobachtungen annehmen, dass es für diese Situation angemessen ist. Wir sind dadurch keine SchauspielerInnen, die ihre Rollen streng nach Anweisung eines Regisseurs spielen müssen, sondern wir haben Einfluss auf die Gestaltung und ebenso darauf, wie authentisch die jeweilige Rolle für uns ist. Je mehr wir von unserem Verhalten, Handeln und den Konsequenzen überzeugt sind, desto mehr „sind“ oder „leben“ wir die Rollen und „spielen“ sie nicht nur.

Kürzlich belauschte ich beim Mittagessen ein Gespräch am Nachbartisch. Ergötzte ich mich eben noch genüsslich an den Köstlichkeiten auf meinem Teller, gefror mir nun plötzlich das Blut in den Adern ob des Inhalts meines Lauschangriffs: „Mit einem Schnitt unterhalb des Lidrandes durchtrennt man die Haut und Muskelzüge bis auf die faserreiche Gewebeschicht der knöchern-

nen Augenhöhle und löst stumpf den das Auge ringförmig umgreifenden Skelettmuskel in Zusammenhang mit dem Hautlappen ab. Dann folgt das Aufklappen der Oberwange nach Durchschneiden des Unteraugennervs. Mit der oszillierenden Säge wird der Oberkiefer durchschnitten. Anschließend wird ein paramedialer Sägeschnitt durch den harten Gaumen geführt. Mit einem Meißel, der seitlich hinter dem Oberkiefer angesetzt wird, wird der Oberkiefer dann abgesprengt, ...“

Das ist doch kein normales Tischgespräch? War ich eben Zeugin einer Plauderei unter MörderInnen geworden? Nein, war ich nicht und meine Sensationsgier wurde somit auch nicht befriedigt, denn es handelte sich um ein völlig normales Tischgespräch. Ein Tischgespräch, welches im Speisesaal eines Krankenhauses von zwei ChirurgInnen geführt wurde. Unter diesen Rahmenbedingungen ganz normal, wenngleich für ungebetene LauscherInnen wie mich nicht sehr appetitlich. Hier wäre eher meine Schlussfolgerung, dass es sich dabei um Serienkiller & Co handeln könnte, abnormal. Andererseits auch wieder nicht, denn eine krimibegeisterte Person darf einen solchen Gedanken durchaus mal kurz andenken, ohne gleich als abnormal zu gelten. Sofort die Polizei zu rufen und zwei mutmaßliche MörderInnen beim Mittagstisch zu melden, wäre hingegen nicht normal!

Wir haben ebenso die Freiheit, Rollen auch zu „spielen“, um damit ein bestimmtes Ziel zu erreichen oder Bedürfnis zu befriedigen. Solches „gespielte“ Verhalten fällt zum Teil auch unter manipulatives Verhalten, ist jedoch grundlegend weder normal noch abnormal, solange es nicht für andere Menschen schädlich ist. Diese ÄrztInnen haben keine Rolle gespielt, sondern in diesem Moment „gelebt“, sie wollten niemanden manipulieren oder beeindrucken – schädlich war es auch für mich nicht, denn ich wusste ja, an welchem Ort ich mich befand.

Ich vollziehe nun einen Ortswechsel und begeben mich in meiner Rolle als Fan von „Crime & Horror“ vor eine Leinwand oder einen Fernschirmschirm, um in einen Film des genannten Genres mit Leib und Seele einzutauchen. Dabei bevorzuge ich es zu sitzen oder zu liegen, die Luft anzuhalten, die Augen schützend mit den Händen zu bedecken, jedoch zwischen den Fingern durchzublinzeln, dabei alle Muskeln in höchster Anspannung parat zu halten, um im geeigneten Augenblick des Schreckens hochzufahren und laut

aufzukreischen. Dieses Gesamtpaket bereitet mir auch noch himmlisches Vergnügen! Das ist Normalität pur! Vorausgesetzt natürlich ich sitze und liege nicht, wenn ich den Film in einem Kino sehe. Im Kino zu liegen zählt nicht zu einem normalen Verhalten.

Sie finden auch alles andere davon nicht normal? Es reiche schon, wenn man die tagtäglichen Berichterstattungen über Krieg, Naturkatastrophen oder Verbrechen sehen muss? Da ist es doch nicht normal, sich auch noch freiwillig so widerliche Kost zuzuführen!? Sich an einem romantischen Liebesfilm oder einem Film- und Literaturklassiker zu erfreuen ist hingegen durchaus normal? Warum? Der Reiz in so manchen Liebesfilmen liegt doch auch darin, in gespannter, freudiger Erwartung des Happy Ends vorher noch so richtig genüsslich schluchzen zu können! Warum soll das nun normaler sein? Oder warum soll es normaler sein, sich ernste, intellektuell hochstehende Problemfilme anzusehen? Es gibt keinen einzigen Grund, die Bevorzugung eines legalen Genres als abnormal zu bezeichnen, solange es den BetrachterInnen bewusst ist, dass es sich dabei um Spielfilme und nicht um die Realität handelt.

Man darf natürlich in die Geschehnisse auf einer Leinwand eintauchen und sich auch mit ProtagonistInnen identifizieren. Aber wenn ich plötzlich der Überzeugung bin, dass ich selbst im Emergency Room arbeite und morgen ein Date mit George Clooney habe, bewege ich mich bereits sehr am Rande der Normalität. Handelt es sich ausschließlich um Tagträume und versüße ich mir mit solchen hin und wieder das Leben, bleibe ich noch auf dem Territorium der Normalität. Im wahrsten Sinne verrückt, also weggerückt von der Realität, ist es, wenn ich Herrn Clooney aufsuchen möchte, um ihn zur Rede zu stellen, weil er nicht zum vereinbarten Date erschienen ist.

Wenn Prominente in solch irrealen Ideen eingebunden werden, ist die Absurdität sehr offensichtlich. Sind es hingegen völlig unbekannte Personen, um die herum ein Mensch ein Netz von irrealen Vorstellungen webt, gibt sich das Abnormale nicht sofort zu erkennen.

Vor Jahren kam eine Frau in meine Praxis, die darunter litt, dass ihr an ihrem Arbeitsplatz plötzlich sämtliche Kompetenzen entzogen wurden. Ich nenne sie hier Frau Toy. Ihr Mailaccount und Internetzugang waren gesperrt worden, ihre Aufgabenbereiche ausschließlich darauf reduziert worden, die Buchbestandslisten der

Fachbibliothek zu digitalisieren, um nur einige Änderungen zu nennen. Mutet nach Bossing oder Mobbing an, besonders auch deshalb, weil Frau Toy berichtete, dass sie davor viele Jahre sehr erfolgreich in dem Team gearbeitet hatte und es nie negatives Feedback gegeben hätte. Sie war sich zum Zeitpunkt, als sie mich aufsuchte, unsicher, ob sie nun die Gewerkschaft einschalten sollte oder diese ungerechte Behandlung, obwohl sie sehr gekränkt war, auf sich beruhen lassen sollte, da sie ja sowieso in absehbarer Zeit nach Japan auswandern werde. Ihr Verlobter habe eine Firmenniederlassung in Japan und dort auch ein großes Haus mit Garten und er könne es kaum erwarten, dass sie endlich heiraten und Japan dann zu ihrem Lebensmittelpunkt machen. Sie wolle aber noch etwas zuwarten, bis sie besser Japanisch könne. Die Sprache lernte sie bereits im Eigenstudium. Ihr Verlobter unterstütze sie dabei sehr. Er sei ein unglaublich liebevoller Mann, der sie auf Händen trage und ihr die Wünsche von den Augen ablese. Obwohl sie sich erst kurz kennen, wissen beide, dass sie Seelenverwandte sind und ihre Beziehung die wahre Liebe ist.

Was von dieser kurzen Schilderung könnte nun als nicht „normal“ gelten? Vorgesetzte, KollegInnen, der Verlobte oder Frau Toy selbst?

Die Realität hinter dieser Geschichte ist die, dass Frau Toy ihren „Verlobten“ über eine Internetplattform bei einem „Blind Date“ kennengelernt hatte, welches rund drei Monate zurücklag. Seither hatte sie ihn nie wieder getroffen, da dieser Mann keine Beziehung mit ihr wollte. Er besaß weder eine Firmenniederlassung noch ein Haus in Japan. Ihre Wahrnehmung war jedoch eine ganz andere und danach handelte sie. Sie rief ihn unentwegt an, schickte ihm Mails und scheute auch nicht davor zurück, des Öfteren vor seiner Wohnungstüre zu sitzen und dort auf ihn zu warten. Als sie dann eine ganze Nacht vor seiner Wohnungstüre zubrachte und sich der Mann nicht mehr zu helfen wusste, rief er die Polizei. Frau Toy leistete den Polizisten gegenüber starken Widerstand und die Situation eskalierte derart, dass sie infolge gegen ihren Willen auf eine psychiatrische Station eingewiesen wurde.

Frau Toy litt unter einer Erkrankung, die zu den „schizophrenen, schizotypen und wahnhaften Störungen“ gezählt wird. Sie war jedoch nie bereit, ihre Erkrankung als solche anzuerkennen, wodurch sie auch keine Behandlung duldete. Ein Standpunkt, der

bei Menschen, die unter einer solchen psychiatrischen Erkrankung leiden, öfters zu finden ist. Sie beharren darauf, dass ihre Wahrnehmungen die Normalität einfach in einer anderen Art als der durchschnittlichen widerspiegeln. Diesen Ansatz vertritt auch die 1967 erstmals so genannte „Antipsychiatriebewegung“. Eine Bewegung, die meines Erachtens viel dazu beigetragen hat, Menschen mit solchen schweren psychiatrischen Erkrankungen zu mehr Rechten zu verhelfen und sie eben nicht als „Irre“ in einer geschlossenen Anstalt wegzusperren. Es sind Menschen wie „du und ich“, die einfach das Pech hatten, aus dem großen Lostopf des Lebens statt beispielsweise einer Schilddrüsenüberfunktion oder einer Fehlsichtigkeit eine Schizophrenie oder einen paranoiden Wahn zu ziehen. Viele von ihnen haben jedoch mit der Erkrankung leben gelernt und sind gut in der „normalen“ Gesellschaft integriert, andere gehen daran zugrunde. Die Geschichte von Frau Toy nahm leider einen sehr traurigen Verlauf, da sie nie mehr zurück ins normale Leben fand. Woher ich das weiß? Unter anderem auch daher, weil sie mich Jahre später anrief, um eine zwar völlig normale Information einzuholen, sich aber mit einem Doppelnamen meldete, der sich aus ihrem und dem Namen des vermeintlichen Verlobten zusammensetzte, und weil ich von Angehörigen durch Zufall erfuhr, dass sie in regelmäßigen Abständen in die Psychiatrie eingewiesen wird. Frau Toy soll zu einem solchen Zeitpunkt jedoch glücklich gewesen sein, da sie ihr kleines Baby in das Krankenhaus mitnehmen durfte. Sie trug es immer bei sich und wiegte es in ihren Armen. So sah es Frau Toy. Wenn Sie Frau Toy dabei beobachtet hätten, würden Sie hingegen sagen, dass eine Frau unruhig auf und ab ging und einen Daunenpolster in ihren Armen hin und her schaukelte.

Was ich Ihnen vorenthalten habe, ist, dass ich von Frau Toys Krankheit wusste, als ich sie das erste Mal sah. Sie wurde von einem psychiatrischen Krankenhaus an mich überwiesen. Trotz des Vorwissens konnte ich Realität und Fiktion in ihrem Bericht nicht sofort unterscheiden. Hinzukommt noch, dass Frau Toy mich nicht aufsuchte, um an ihrer Erkrankung zu arbeiten, sondern um sich Unterstützung im Umgang mit Ungerechtigkeiten am Arbeitsplatz zu holen. Diese Maßnahmen waren übrigens Realität, nur stellte es weder Bossing noch Mobbing dar. Die Vorgesetzten von Frau Toy leiteten diese Schritte ein, weil Frau Toy bereits über längere Zeit zunehmend ihre Kompetenzen überschritten hatte, da sie sich als

wissenschaftlich arbeitende Biologin wahrnahm, die sie in der Realität nicht war.

Normal oder nicht normal? HochstaplerInnen können durchaus normal sein, müssen es aber nicht unweigerlich. Gibt es nicht auch zahlreiche Menschen, die über ihre Verhältnisse leben, sich über Statussymbole definieren, durch die sie dann in die Schuldenfalle geraten? Das ist doch nicht normal, würde man salopp sagen. Und doch scheint es normal zu sein, da diese Menschen zumindest nicht „verrückt“ sind. Auffälliger wird es, wenn Menschen zum Zwecke der eigenen Bereicherung andere betrügen. Das Spektrum reicht hier vom betrügerischen „Hütchenspiel“ hin zum größten Betrugsfall in der Geschichte der Wall Street. Der Investor Bernard Madoff wurde angeklagt mindestens 50 Milliarden Dollar seiner Kunden verjubelt zu haben. Bis zum Zeitpunkt des Auffliegens des gigantischen Betrugsskandals wurde er als Legende der Wall Street verehrt. Zugegeben, dieser Mann war somit auch schon davor auffällig, jedoch im positiven Sinn. Verschwimmt Menschen, die als genial zu bezeichnen sind, leichter die Grenze zwischen Fantasie und Realität als „Nullachtfünfzehn-Bürgern“ oder gibt es unter Verbrechern und dissozialen Menschen einfach auch viele Genies?

6. Zwischen Fantasie und Realität

„Der fantastische Jürgen Melzer hat beim Tennis-US-Open ...“, so hörte ich kürzlich in den Radionachrichten. Ist nun Herr Melzer ein Produkt der Fantasie oder ist er real? Natürlich ist er real, aber wieso setzt man ein und dasselbe Wort für konträre Tatsachen ein? In der adjektivistischen Verwendung des Wortes Fantasie beschreibt man damit Dinge, die in der Realität passieren und unbeschreiblich großartig sind.

Es ist auch wahrhaft fantastisch, dass der Begriff Fantasie sowohl etwas sehr Positives bedeuten kann, aber gleichzeitig damit auch abwertend sogenannte Hirngespinnste oder Ausuferungen bezeichnet werden. Fantasie ist ein Wort mit einem wunderschönen weichen und melodischen Klang, im Gegensatz hierzu tönt Realität hart wie Granit. Geht gar meine Fantasie mit mir durch, weil

ich trockenen Worten ein Bild oder eine Melodie zuschreibe? Auch hier gilt ein klares Nein, denn was wäre die Poesie ohne Worte, die schweben, hüpfen, fliegen oder sich gar kugeln!? In der Realität sind ausschließlich Worte wahrzunehmen, in unserer Vorstellung hingegen können sich diese zu Klängen, Farben oder Bildern wandeln. Im griechischen Wort Phantasma, womit eine mentale, innere Vorstellung bezeichnet wird, hat die Fantasie ihren Ursprung. Die meisten erwachsenen und psychisch gesunden Menschen sind sich somit der Realität bewusst, während sie gleichzeitig ihrer Fantasie freien Lauf lassen können. Es gibt eine wunderschöne Zeitspanne im Leben jedes Menschen, in der man Fantasie als Realität empfindet und trotzdem nicht als „verrückt“ gilt, bezeichnet als „die magische Phase“. Ihre Hochblüte hat sie zwischen dem dritten und sechsten Lebensjahr und kann auch bis ins zehnte Lebensjahr anhalten. Sogar danach sind noch Elemente dieser Phase zu beobachten.

Die magische Phase

Wenngleich man mittendrin steckt, kann diese Phase oft als alles andere als wunderschön wahrgenommen werden, da mit Fantasien auch Ängste einhergehen können. Es ist jene Zeit im Leben eines Kindes, in der es durch die Kraft der Fantasie Dingen Leben einhauchen kann, sie beseelen kann. Kinder haben in der magischen Phase das Empfinden, eine Mischung aus Zauberer, WissenschaftlerIn und ForscherIn zu sein. In dieser Lebensspanne zeigen Kinder schon ein sehr reichhaltiges Wissen um die Dinge des Lebens und seine realen Abläufe und sie machen täglich neue Erfahrungen und Entdeckungen. Die trotzdem noch bestehenden großen Wissenslücken werden dann mit den eigenen Überlegungen und Gedanken und so auch mit Fantasie gefüllt. Das behalten wir noch im Erwachsenenalter bei, wo Wissenslücken sehr häufig mit den eigenen Vorstellungen gefüllt werden. Und selbsterdachte Vorstellungen sind nun einmal Fantasie. Das kindliche Denken ist sehr bildhaft und so wird schnell aus einem Baumschatten ein Monster oder aus achtlos hingeworfenen Kleidungsstücken ein kauernder Räuber. Aber was ich mir mit Fantasie erschaffen kann, kann ich auch mit dieser bekämpfen – ich bin wehrhaft. Ich kann mir so starke GefährtenInnen er-

schaffen oder selbst zu Superman oder Catwoman werden. Doch Kinder wollen ja nicht nur Ängste bekämpfen, sondern auch spielen und kuscheln und so können Teddybären und Puppen lebendig und zu SpielgefährtenInnen werden. Ich kann mich noch gut erinnern, im Volksschulalter ein kleines rothaariges Püppchen gehabt zu haben, mit dem ich auf unserem eigenen Eislaufplatz Runden drehte. Da staunen Sie, einen Swimmingpool hat bald wer, aber einen Eislaufplatz? Ja, ich hatte einen! Er war kreisrund und riesengroß – in meiner kindlichen Fantasie. In der Realität betrug sein Durchmesser in etwa zwanzig Zentimeter und er bestand aus einem Kochtopf mit gefrorenem Wasser. Sie sehen, ich wusste auch damals schon sehr wohl um diese Realität, aber ich beseelte das Püppchen, hauchte ihm meinen Willen ein und gab dem Kochtopf meine eigene Bedeutung.

In dieser Form des Denkens steckt nichts Verrücktes, Wirres oder Absonderliches, sondern es ist ein altersentsprechender Aspekt schöpferischen Denkens und zählt zur Intelligenz. Gleichzeitig passiert durch den Einsatz der Fantasie etwas sehr Rationales, da damit die unbekannte große Welt für Kinder begreifbarer, überschaubarer und strukturierter wird. Es sind in dieser Zeit der Kindheit viele Ängste und Unsicherheiten zu bewältigen, und das gelingt mit Magie und Mystik einfach besser. Nicht umsonst verfügen recht viele Erwachsene über einen Talisman oder ihre kleinen Rituale, um sich so imaginäre Sicherheit zu vermitteln, denn Ängste und Unsicherheiten birgt auch das Leben nach der Kindheit noch genügend in sich.

Sollte man beim Auftreten von Fantasie betreffend mögliche Nebenwirkungen aufmerksam den Beipacktext lesen oder den Psychologen fragen? Ja, man sollte es dann, wenn sich Fantasien hauptsächlich aus Lügen oder Gewaltelementen zusammensetzen.

Wann wird die Fantasie zur Lüge?

Der Übergang von Fantasie zur Lüge kann fließend sein. So erzählen Kinder oft Fantasiegeschichten, die von Erwachsenen dann tadelnd als Lüge zurückgewiesen werden. Je jünger Kinder sind, desto weniger handelt es sich jedoch um Lügen, sondern um eine verzerrte Wahrnehmung, mitverursacht durch die magische Phase. Hier

macht es oft Sinn, das Kind nicht der Lüge zu bezichtigen, sondern ihm zu verstehen zu geben, dass seine Geschichte nicht der Realität entspricht, indem man rückmeldet: „Das ist also *deine* Geschichte. *Meine* sieht aber anders aus“, und in Folge die Realsituation beschreibt. Natürlich kann man diesen Satz bis ins hohe Alter einsetzen, um damit höflich rückzumelden, dass man sich nicht „verschaukeln“ lässt.

Blickt man der Realität ganz tief in die Augen, so spiegelt sich deutlich wider, dass unsere Gesellschaftskultur ein Förderprogramm zum Lügen unterstützt. Oder haben Sie den Eindruck, dass unsere Jüngsten ehrlich mit ihren Gefühlen umgehen dürfen? So gibt es nicht selten in Familien die Verpflichtung für Kinder, sich von unsympathischen oder gar ungustiösen Verwandten herzen zu lassen oder diesen Küsschen geben zu müssen. Das ist eine klare Aufforderung zur Lüge! Ebenso zählt dazu, sich für Geschenke, die man scheußlich findet, freudestrahlend bedanken zu müssen. Auch wenn solche Verhaltensregeln unter dem Deckmantel der Höflichkeit versteckt werden, bleiben es Unwahrheiten. Unwahrheiten, die dem Gegenüber Fantasien der Dankbarkeit und Liebe erlauben und Kindern suggerieren, dass Unwahrheiten im Leben wichtiger sind als die eigenen Gefühle.

Menschen, die perfekt lügen, verfügen über eine gute Fantasie, aber nicht alle Menschen, die über eine hervorragende Fantasie verfügen, lügen. Ob jemand überhaupt bereit ist zu lügen, hängt von seiner Moral und seinem Wertesystem ab. Die Absicht, andere Menschen zu täuschen, ist die Grundbedingung für jede Lüge. Wobei nicht jede Lüge verwerflich ist und es auf jeden Fall von Vorteil ist, lügen zu können. So sind Notlügen, wie schon der Name sagt, ein Art „Erste-Hilfe-Instrument“ mit Schutzfunktion. Beispielsweise dienen Notlügen dazu, andere mit der Wahrheit nicht zu kränken oder um loyal zu bleiben. Hingegen dient die verbrecherische, gemeine Lüge dazu, sich selbst Vorteile zu schaffen und Fehl- oder verbotene Handlungen zu verschleiern, ohne Skrupel zu haben, dass damit ein erheblicher Nachteil für Mitmenschen entsteht.

Aus meiner Sicht gibt es auch noch die völlig sinnlosen Lügen, da sie in sehr kurzer Zeit durchschaut oder aufgedeckt werden und für den Lügner so außer Beschämung und Peinlichkeit nichts bringen. Auf Österreichisch würde man so ein Verhalten auch als „Geschichtl-drucken“ bezeichnen. Diese fast liebevolle Formulierung birgt aber

die Gefahr des Bagatellisierens in sich, da auch solche Sinnloslügen schädliche Auswirkungen auf Mitmenschen haben können.

Hatte der Extrembergsteiger Christian Stangl einen Rückfall in seine magische Phase, als er heuer im August meinte, den Gipfel des 8.611 Meter hohen K2 nun beim siebten Versuch bezwungen zu haben? Hat er da ein „Geschichtl druckt“ oder in betrügerischer Absicht gelogen? In jedem Fall gebührt ihm Hochachtung für seine poetische und fantasievolle Verdrehung der Wahrheit, als er der Lüge überführt wurde. Er tat kund, dass er sich 1.000 Meter unterhalb des höchsten Punktes bereits wie am Gipfel gefühlt habe. Die völlig reale Erklärung dafür sei, dass er sich seit Jahren mit im Sport üblichen Visualisierungsprozessen beschäftige und so in der Lage sei, Bilder zu sehen, die nicht der Realität entsprechen. Eben das sei ihm hier widerfahren, zumal er sich auch infolge der Strapazen des Aufstiegs in einem tranceartigen Zustand befunden habe. Und so ist ihm halt dieses Hoppala passiert. Glaubt man der Berichterstattung, so zeigte der Bergfex kaum Reue. Warum sollte er auch, wo ihm doch einfach nur seine Fantasie ein Schnippchen geschlagen hat? Ich frage mich, ob dieser Extrembergsteiger vielleicht gar ein Pseudologe sein könnte wie Baron Münchhausen oder Käpt'n Blaubär?

Pseudologen sind Menschen, die übertriebenes Verlangen nach Geltung haben und zu diesem Zweck ständig lügen. Diese krankhaften Lügen zeigen sich oft in sehr komplexen Lügengeschichten, die über Jahre oder auch das ganze Leben hinweg bestehen. Es wird zu einem eigenständigen Muster oder einer Angewohnheit. Diese Art des Lügens findet man nicht nur bei kriminellen Personen, sondern auch bei durchaus erfolgreichen Menschen, die sich noch nichts Verbrecherisches zu Schulden kommen ließen. Menschen, die ständig ausgedachte, also fantasierte, Erlebnisse oder Fakten als wahre Begebenheiten erzählen und auch selbst daran glauben, sind von der Pseudologia phantastica, auch bekannt unter dem Münchhausen-Syndrom, „befallen“. Sie nehmen die Unwahrheit in ihren Geschichten in der Regel nicht mehr wahr, sie sind von der Wahrheit ihrer Schilderungen überzeugt, wodurch es dann eigentlich keine Lüge im herkömmlichen Sinn ist.

Ein übersteigerter Geltungsdrang ist eine der Ursachen dafür, warum Menschen das tun. Sogenannte HochstaplerInnen passen in dieses Lügenschema ebenso wie Menschen mit sehr ungesunden

narzisstischen Persönlichkeitsanteilen. Jedoch leidet der Großteil der HochstaplerInnen und dreisten NarzistInnen nicht an einer psychischen Krankheit, sondern ist schlicht und einfach als dissozial, asozial zu bezeichnen. Von der Krankheit des Münchhausen-Syndroms hingegen sind nur wenige Menschen betroffen, die Mehrzahl der notorischen LügnerInnen weiß um den Unterschied zwischen Realität und Lüge.

Größenfantasien zu haben und solchen in Tagträumen nachzuhängen ist hingegen keine Lüge, sondern gesundes, entspannendes Fantasieren. Das gilt jedoch nur dann, wenn ich dabei nicht den Kontakt zur Realität verliere und das Geschwister der Größenfantasie nicht die Gewaltfantasie ist.

Gewaltfantasien

Vor Jahren lernte ich einen kleinen Jungen namens Marco kennen. Die meisten seiner Spiele, egal ob mit anderen Kindern oder mit Spielzeug, hatten Gewalt zum Inhalt. Seine Gedanken drehten sich häufig um Krieg, Kampf und Macht. Spielten wir mit den Spielfiguren, die sich aus Menschen im Babyalter bis zum GreisInnenalter, Tieren, Dinosauriern und Monstern zusammensetzten, so zeigte Marco viel Fantasie bei den Spielszenen, jedoch endeten wirklich alle in einer Prügelei. Sogar die Babys flogen infolge eines inszenierten Monsterangriffs häufig durch die Luft. Marco agierte im Spiel seine Aggressionen auf durchaus fantasievolle Weise aus. Ziel unserer Arbeit war jedoch, eben diese unter Kontrolle zu bekommen.

In der Realität hatte Marco sein gewalttätiges Verhalten gegenüber anderen Kindern sehr bald verändert, auch seine Überlegungen und Gedanken kreisten jetzt nicht mehr nur um Gewalt, sondern um physikalische Phänomene, Geografie und was es sonst noch alles in einem Kinderleben zu entdecken gilt. Länger als drei Jahre kam Marco zu mir, aber erst im letzten Jahr schaffte es Marco, rund 70 Prozent des Rollenspiels mit den Figuren gewaltfrei zu halten. Das Ausagieren von Aggression im Rollenspiel ließ er sich jedoch nie ganz nehmen, hütete es wie einen wertvollen Schatz, wie etwas, wovon sein Überleben abhängt. Das tat es in gewisser Weise auch, denn seine Mutter war nicht in der Lage, herzlich zu ihm zu

sein, ihm offen ihre Zuneigung zu zeigen, ihn hin und wieder uneingeschränkt zu loben, ihm Anerkennung zu geben. Er war ein von seiner Mutter nicht so richtig innig geliebtes Kind, welches in kindlicher Hilflosigkeit Gewaltfantasien als Trost nutzte. Ob er seine Fantasie und seinen Intellekt nutzen wird, um sich zu einem Hochstapler, einem dreisten Narzissten oder zu einem liebenswerten Erwachsenen zu entwickeln – ich weiß es nicht, ich kann darüber nur fantasieren!

Vor einigen Jahren hat ein junger Mann, der damals 23-jährige Cho Seung Hui, an der Virginia Tech University in Blacksburg, USA, ein Blutbad angerichtet. Er hat nach Angaben der Presse kaltblütig und im Exekutionsstil 32 Menschen erschossen und zahlreiche weitere verletzt. Anschließend nahm er sich selbst das Leben. Er wurde von seinem Umfeld als stiller, höflicher Mann wahrgenommen. Es stellte sich nach dieser grauenvollen Tat heraus, dass seine Fantasien, die er auch in Videos und Drehbüchern festgehalten hat, von Gewalt und Obszönitäten strotzen. Wohlgemerkt danach – davor sah die Realität anders aus! Konnte dieser Mann seine Gewaltfantasien so perfekt verbergen?

Sympathisch, schüchtern, harmlos, so wird der 17-jährige Tim K. von seinem Bekanntenkreis beschrieben. Als er dann bei seinem Amoklauf 15 Menschen tötete, soll er selbstsicher und von seinem Handeln überzeugt gewirkt haben. Tim K. drang in seine ehemalige Schule ein und schoss dort mit einer Waffe seines Vaters SchülerInnen und Lehrpersonal nieder. Und auch hier wird *nach* dem Amoklauf darauf hingewiesen, dass Tim K. in Internetforen seine Gewaltfantasien beschrieben hatte und auch in gewaltverherrlichenden Computerspielen seinen destruktiven Fantasien freien Lauf gelassen haben soll. Der Serienmörder Ted Bundy soll Tim K. ein Vorbild gewesen sein. In dessen Fußstapfen er dann auch in der Realität trat. In später verfassten Gutachten wird Tim K. als „Jugendlicher, der von Hass und Gewaltfantasien besessen war“, beschrieben. Dunkle Fantasien, die zu blutiger Realität mutierten und Tim K. als „Amokläufer von Winnenden“ zu einer „traurigen Berühmtheit“ machten.

Ressourcen für Marco sind auf jeden Fall unter anderen sein stets achtsames soziales Umfeld. Etwas, das die beiden Gewalttäter laut Medienberichten nicht hatten. Marcos ungewöhnliches Verhalten fiel den Bezugspersonen bereits im zarten Alter von fünf Jahren

auf und so erhielt er ehestmöglich Hilfe. Auch mussten sein Gewaltfantasien nicht in die Abgründe seiner Seele verdrängt werden, sondern er lebte sie aktiv im Spiel aus. Hier lernte er dann mit der Zeit das „Entrollen“ am Spielende, um wieder in die Realität zurückzufinden. Er erkannte bald, was in der Fantasie möglich war, führte in der Realität dazu, dass andere Kinder nicht mit ihm spielen wollten – und das wollte er wiederum nicht! Dadurch, dass sich Marco in der Realität ein sanfteres Verhalten zulegte, schien auch seine Mutter einen etwas liebevolleren Zugang zu ihm zu finden, wodurch die Hoffnung besteht, dass Marco sich nicht mehr so oft für Liebesentzug in seiner Fantasie mit Gewalthandlungen rächen muss.

Sich in der Fantasie an Menschen zu rächen, die einem in der Realität übel mitspielen, kann hin und wieder eine entlastende und „seelenreinigende“ Wirkung haben. Seltener sind solche Fantasien mit roher Gewalt ausgeschmückt, öfter mit diffiziler Bosheit, Situationen der Schadenfreude oder Wortgefechten, in denen man seinem Gegenüber überlegen ist. So fühlt man sich handlungsfähig, und das tut gut und ist auch gut so. Die Realität ist sowieso oft hart genug, warum denn nicht in der Fantasie Zuflucht finden und Kränkungen und Ärger bearbeiten? Wenn solche Fantasien der Vergeltung jedoch so viel Raum und Zeit einnehmen, dass ein Mensch von ihnen fast „besessen“ ist, wird die Entlastung in der Fantasie zur Belastung in der Realität. Dann ist es Zeit, sich psychologische Unterstützung zu holen, um die Fantasie zu zügeln und konstruktiv nutzen zu können.

Wann hingegen geht die Fantasie mit jemanden durch? Das tut sie beispielsweise, wenn wir träumen.

Träume

Unsere Erlebnisse im Traum sind Produkte unserer Fantasie. Dabei sind es oft auch Tagesereignisse oder solche aus der Vergangenheit, die von unserer Fantasie so überarbeitet und aufbereitet werden, dass sie uns nach dem Aufwachen irgendwie bekannt, aber trotzdem sehr absurd erscheinen. Im Schlaf erkennen wir Träume nicht als solche, sondern erleben sie als Realität. Daher sind Albträume auch oft so schrecklich. Wüssten wir, dass es sich dabei lediglich um einen Traum handelt, wäre es dann möglich, den Traum als span-

nenden Kriminal- oder Horrorfilm zu erleben? Dass manche Träume durchaus spannend sein können, haben sicher viele Menschen schon erlebt. Grundvoraussetzung dafür ist, dass es sich bei diesen Träumen nicht um die Aufarbeitung von realen traumatischen Erlebnissen handelt. Hingegen können Fantasieprodukte wie Filme, Bücher, Theaterstücke oder sonstige von uns konsumierte künstliche Darstellungen, die unsere Träume speisen, für nächtliche Spannung sorgen.

Von vielen geträumt, aber von wenigen eingestanden wird der erotische Traum. Ob dieser nun von realen oder fiktiven Wesen angeregt wird, ist unwesentlich. Auch darf in solchen Träumen alles nur Erdenkliche stattfinden und wir dürfen es schamlos auskosten und genießen.

Im Traum zu wissen, dass man träumt, ist jedoch auch möglich und wird in der Wissenschaft Klartraum oder luzides Träumen genannt. An der Universität Bonn fanden Forschungsarbeiten zum Klarträumen statt, die ergaben, dass man solches trainieren kann. So könnten Menschen, deren Nächte häufig durch schreckliche Albträume zur Folter werden, mittels Training lernen durch einen Realitätscheck den Geschehnissen ihren Schrecken zu nehmen. Zum Beispiel indem sie überprüfen, ob sie sich die Nase zuzhalten und dabei trotzdem weiteratmen können – ist dem so, so ist das ein klares Zeichen, dass man träumt. Wie dieser Forschungsansatz nun in der Realität des Alltags aussieht, ist noch nicht ausgereift. Ich denke, es hängt auch davon ab, ob ein Mensch Schreckliches in seiner Vergangenheit erlebt hat. So stelle ich mir vor, wenn ein Mensch Gewalthandlungen, Misshandlungen, Vergewaltigung, seelischen und körperlichen Missbrauch über sich ergehen lassen musste, wird es nicht ausreichen, sich mal die Nase zuzuhalten, um einen Albtraum von der Realität unterscheiden zu können.

Realität und Wahn

Menschen, denen solches widerfahren ist, haben ein erhöhtes Risiko, eine schwere psychische Erkrankung zu entwickeln, weil die Seele mit der Realität solch gewaltiger Verletzungen nicht immer zurande kommt. Wenn die Realität nicht mehr aushaltbar ist, kann die Fantasie an ihre Stelle treten. Eine Form der Fantasie, die dann

allerdings als krankhaft gilt. Der Oberbegriff für schwere psychische Störungen ist Psychose. Bei einer solchen ist die Unterscheidung zwischen Fantasie und Wirklichkeit nicht mehr möglich, was sich durch Wahnvorstellungen, Halluzinationen und schwere Störungen im Verhalten ausdrückt. Im Diagnoseschema der WHO, dem ICD-10, sind solche Erkrankungen unter F20 – F29 „Schizophrenie“, „schizotype“ und „wahnhaftige Störungen“ zu finden.

Hier ist es mir sehr wichtig zu erwähnen, dass „Menschen mit Psychoseerfahrung“ nicht unweigerlich auch gewalttätige Psychopathen sind, wie es gerne in der Boulevardpresse dargestellt wird. Wenn TäterInnen an einer Psychose leiden, kann es sein, dass die Taten spektakulär sind und obskur anmuten – also eine Sensation, die Medien exzellent und fantasievoll ausschlichten können. Sticht hingegen ein Mensch ohne Psychose bei einer Wirtshausrauferei einem Saufkumpanen völlig fantasielos ein Messer in den Bauch, gehört das schon fast zur Realität des Alltags. Ein solcher Zeitungsbericht wird höchstens in einer kurzen Glosse neben einer Werbung für Hundeshampoo seinen unspektakulären Platz finden.

Menschen, die Wahnvorstellungen oder Halluzinationen haben, leiden oft sehr darunter, diese nicht als Produkte ihrer Fantasie identifizieren zu können. Ich lernte einmal eine Frau kennen, ich nenne sie hier Frau Noia, die mir berichtete, dass eine Arbeitskollegin versuche sie zu vergiften, indem diese ihr stetig kleine Mengen Gift mit einer Nadel in ihre Mineralwasserflaschen spritze. Außerdem habe sie beobachtet, dass die Kollegin mit einer Kerze schwarze Magie praktiziere, um sie gesundheitlich zu schwächen. Die Schilderungen von Frau Noia waren strukturiert und nachvollziehbar, zumal es auch an ihrem Arbeitsplatz sowohl Gifte als auch Injektionsnadeln gab. Das einzig Irrationale waren ein fehlendes Motiv der Kollegin und die Tatsache, dass bereits das Entwenden minimaler Mengen von Giftstoffen sofort aufgefallen wäre. Jetzt ist natürlich einzuwenden, dass diese Kollegin zum Beispiel zu jener Minderheit psychosebetroffener Menschen zählen könnte, die ein stabiles Muster antisozialen Verhaltens seit früher Jugend sowie eine lange Vorgeschichte von Alkoholmissbrauch aufweisen. Das tat sie jedoch nicht und sie praktizierte auch keine schwarze Magie, sondern zelebrierte die Vorweihnachtszeit mit Duftkerzen. Frau Noia fühlte sich nicht nur von der Arbeitskollegin bedroht, sondern auch noch von unbekanntem Männern, die ihr auf dem Nachhauseweg folgten.

Oft schon habe sie sich in eine Kirche geflüchtet, wo sich die Männer aus Pietät nicht hineintrauten. Sie vermutete, dass diese Männer von ihrem Ehemann beauftragt waren zu beobachten, mit wem Frau Noia sprach. Ein solches Vorgehen könnte man einem Eifersuchtsgeplagten durchaus zutrauen. Jedoch nicht die Eifersucht sei der Grund, sondern die Verstrickung ihres Mannes in den Rauschgifthandel. Über seinen Kokainhandel berichtete sie mir auch Einzelheiten. Ihr Mann befürchte somit, sie könne ihn verraten, indem sie anderen Menschen davon erzähle, und diese müssten dann eliminiert werden. Auch ich sei nun als Mitwisslerin in Gefahr.

Bestimmte Elemente von Frau Noias Erzählung über den Rauschgifthandel waren für mich sehr real, obwohl ich wusste, dass sie an einer paranoiden Schizophrenie erkrankt war. Eine Zeit lang, nachdem mich Frau Noia in die dunklen Geschäfte ihres Mannes eingeweiht und mich so zum potenziellen Mordopfer gemacht hatte, hielt ich auf meinem Weg zur Praxis immer wieder Ausschau nach möglichen Verfolgern. Auch wenn es natürlich keine Verfolger gab, weiß ich bis heute nicht, was an der Geschichte real und was Fantasie war. Kann Paranoia ansteckend sein? Nur ein bisschen, denn ich fantasierte keine Verfolger und die Angst verflog nach einiger Zeit.

Größenfantasien

Größenfantasien hingegen hänge ich schon gerne hin und wieder nach. So ist es beispielsweise schön, sich vorzustellen, dass ein Buchprojekt sich zu einem Bestseller entwickeln könnte. Dadurch hätte ich die Möglichkeit, viele Menschen an meinen Ideen und Gedanken teilhaben zu lassen und so zu begeistern, motivieren oder nachdenklich machen zu können. Solche Fantasiequellen lassen den Ideenstrom richtig sprudeln. Solange sie sich nicht zu Flutwellen aufbauen und übermächtig werden, sondern nur beflügeln, sind sie gesund. Sie können dabei unterstützen, sich voller Motivation und Tatendrang an eine Arbeit oder Aufgabenstellung heranzumachen. Suhle ich mich hingegen beispielsweise nur in der Vorstellung, Bestsellerautorin zu werden, statt endlich in der Realität mit dem Schreiben zu beginnen, werde ich nicht einmal die Chance haben, etwas zu schaffen, das einem Manuskript auch nur ähnelt. Ebenso ist es destruktiv, wenn man ein großes Projekt plant und als Erstes damit

beginnt, über das mögliche Scheitern oder Misslingen zu fantasieren, da dies, noch bevor man begonnen hat, zum Aufgeben und Resignieren führt. Konstruktive Fantasien hingegen verleihen Flügel und geben guten Auftrieb. Fahrlässig ist es jedoch, die Hindernisse, die in der Realität auftauchen, beim Höhenflug zu ignorieren, denn das führt unweigerlich zu einer Bruchlandung auf dem kalten und harten Boden der Realität!

Ein Alter, in dem Größenfantasien sehr deutlich ans Tageslicht treten, ist die Pubertät. Wer kennt sie nicht, die ungefähr 12- bis 15-jährigen großkotzig, übercool, allwissend bis allmächtig auftretenden Jugendlichen? Ich erinnere mich rückblickend noch gut an diese Zeit. Rückblickend wohlgermerkt, denn als ich in diesem Alter war, nahm ich mein Verhalten als gerechtfertigt wahr und meine Ideen und Sichtweisen als genial. Dass ich damit aneckte und fast von der Schule flog, war die Realität. Aber immerhin nur fast, denn ich verlor nie den Bezug zur Realität, auch wenn die Rückkehr in diese „mördermäßig uncool“ war.

In dieser Lebensspanne sind „Fantastereien“ und überschießende Verhaltensweisen völlig normal, wenn zwischendurch Fantasie und Realität einander wieder die Waage halten.

Andererseits ist das Alter um die 15 herum auch jenes, in dem psychische Erkrankungen wie Psychosen oder Depressionen erstmals ihr Gesicht zeigen. Ich lernte Kain kennen, der im Alter von siebzehn Jahren plötzlich ungeheuerliche Aggressionsausbrüche hatte, bei denen er Gegenstände demolierte und sich auch selbst verletzte. Seine Mutter setzte alle ihre Überredungskünste ein, um ihn zu einem Gespräch mit einer Psychologin zu bewegen. Dieses Gespräch verlief so schief, wie es schiefer nicht laufen konnte, also wurde ein neuer Versuch gestartet. Das neue Versuchskaninchen war nun ich. Zwar lief unser Erstgespräch nicht schief, aber auch nicht gerade, denn ich sah mich einem redengewandten jungen Mann gegenüber, der sich als sehr verzweifelt, traurig und wütend beschrieb. Sein zukünftiges Leben berge nur Mühsal in sich. Jedoch weder Fachfrau noch Fachmann seien in der Lage, sich sein Leid auch nur annähernd vorzustellen zu können, und auch nicht dafür geeignet, ihm zu helfen. Nur seiner Mutter zuliebe würde er eine Psychotherapie in Kauf nehmen.

Im Laufe der nachfolgenden Gespräche stellte sich heraus, dass sich Kain als überdurchschnittlich kluger Mensch mit zahlreichen

Fähigkeiten wahrnahm. Die Lehrpersonen jedoch erkannten seine Begabungen nicht und ritten nur auf benoteten Leistungen herum. Keiner erkenne an, dass er fließend Portugiesisch spreche, mathematisch sehr begabt sei, ein großes Allgemeinwissen habe und einfach Großes in ihm stecke.

Fantasie oder Realität? Von allem ein bisschen! Kain war hauptsächlich deshalb verzweifelt und wütend, weil er seine Genialität immer beweisen muss. In der Schule und später dann auch noch im Beruf und überhaupt im ganzen Leben. Das habe er doch nicht nötig, das Leben solle doch Spaß machen. Kains aktuelles Selbstbild und seine Weltsicht tragen bereits die Grundierung von schädlichen Größenfantasien. Ob sich hier ein junger Mensch aufgrund von Angst, in der Realität zu versagen, in eine zeitlich begrenzte Phase der Fantasie flüchtet oder ob sich die Größenfantasien über die Zeit hinweg in einer narzisstischen Persönlichkeitsstörung festigen, weiß ich nicht. Möglich ist beides.

Die Realität zeigt, dass Menschen mit einem narzisstischen Persönlichkeitsstil hervorragend dazu beitragen können, ihr Umfeld in tiefe Abgründe der menschlichen Seele blicken zu lassen. Dazu können Sie in diesem Buch später noch mehr lesen. Vorerst möchte ich Sie dazu verführen, sich mit einem angenehmeren Thema auseinanderzusetzen, den sexuellen Fantasien.

Sexuelle Fantasien

Eine sexuelle Fantasie kann als Bild, als Gedanke oder als detailliert ausgearbeitetes Szenario in unserem Kopf auftauchen. Solche Fantasien werden meist dann wach, während jemand sexuellen Aktivitäten nachgeht – alleine oder mit PartnerIn. Sie bereiten Lust, sofern sie zugelassen werden und nicht von Scham und Schuld begleitet sind. Taucht dabei Scham oder Schuld auf, so haben diese Emotionen die unangenehme Eigenschaft, lustvollen sexuelle Fantasien wie mit einem dicken Radiergummi den Garaus zu machen. Sind Scham und Schuld hingegen nur ausgelagerte und träge Wegelagerer an der Straße der sexuellen Fantasien, beeinträchtigen sie diese nicht aktiv, sondern führen nur dazu, dass diese vor der Welt verheimlicht werden. Jedoch hat die Mehrheit der Menschen sexuelle Fantasien, aber nur wenige teilen diese Tatsache anderen Menschen mit. Wenn

sie es doch einmal tun, dann wird die sexuelle Fantasie gründlich überarbeitet und zensuriert und so „tischfein“ gemacht. Auch PsychotherapeutInnen erfahren meist nur Softversionen der sexuellen Fantasien von KlientInnen, wenn diese bei ihnen Hilfe durch Entlastung suchen. Das Tabu, sexuelle Fantasien wahrheitsgetreu preiszugeben, ist einfach so groß, obwohl PsychotherapeutInnen weder tadeln noch urteilen noch bewerten.

Der Psychologe Brett Kahr hat die Ergebnisse seines brisanten Forschungsthemas in dem Buch „Sex im Kopf“ der Allgemeinheit zugänglich gemacht. 15.000 Frauen und Männer wurden anonym zu ihren geheimsten sexuellen Fantasien befragt. Es stellte sich heraus, dass die große Mehrheit der Briten häufig sexuellen Fantasien nachhängt. Der Grund, warum diese Fantasien totgeschwiegen werden, liegt darin, dass Schuldgefühle und Scham die Lippen der Menschen versiegeln. Nicht nur der Inhalt ist dafür verantwortlich, sondern auch die Tatsache, dass sexuelle Fantasien nicht mit den PartnerInnen erlebt werden. Viele der Vorstellungen sind auch im Bereich Sadismus, Masochismus oder aggressiven sexuellen Handlungen angesiedelt, dazu zählen auch beispielsweise Vergewaltigungsfantasien. Dass sexuelle Fantasien zur gewalttätigen oder blutrünstigen Realität werden, ist selten und sicher nicht die Regel. Die Regel ist, dass psychisch stabile und seelengesunde Menschen sehr gut dazu in der Lage sind, eine klare und strikte Grenze zwischen Fantasie und Realität zu ziehen.

Trotz Gewalt und Aggressionsinhalten sind solche sexuellen Fantasien nicht unweigerlich schädlich, solange sie nicht zur Notwendigkeit werden, um seine Sexualität in der Realität leben zu können. Wenn jemand ausschließlich mit aggressiven sexuellen Fantasien zur sexuellen Erregung findet, ist das krankhaft und gefährlich.

Brett Kahr berichtet von einem inhaftierten Massenmörder, der zugab, Geschlechtsverkehr mit seiner Frau nur dann vollziehen zu können, wenn er dabei der Fantasie nachging, dass er beim sexuellen Akt ein Messer in seiner Hand hält. Seine Bluttat führte dieser Mann in Folge mit einem Messer als Tatwaffe aus. Wann und warum können Fantasien und gefährliche Wünsche die Grenze zur Realität überschreiten?