

Die depressive Persönlichkeit: Die Angst vor Selbstwertung; Überblick; Liebe/Libido; Aggression/Destrudo; Genese; Verwöhnung; Versagung; Gegenüberstellung: Versagung und Verwöhnung; Abrundung - Sozialverhalten; Auswege; Referenzen / Einzelnachweise

(HTML Version)

ein Ausschnitt aus dem Buch
Das Zinsvorzeichen



Eine konzentrierter Geisteserguss gegen das kluge Böse.
von Tim Deutschmann (Physiker)

www.tim-deutschmann.de
(E-Mail)

7. Juli 2020

Inhaltsverzeichnis

	Seite
Die depressive Persönlichkeit: Die Angst vor Selbstwertung	3
Überblick	3
Liebe/Libido	7
Aggression/Destrudo	9
Genese	11
Verwöhnung	11
Versagung	13
Gegenüberstellung: Versagung und Verwöhnung	14
Abrundung - Sozialverhalten	16
Auswege	18
Referenzen / Einzelnachweise	18

Anmerkung:

Der folgende Text ist eine komprimierte Zusammenfassung eines Kapitels von Fritz Riemanns Hauptwerk [Grundformen der Angst](#). Ich habe mich darum bemüht, Riemanns reiche Worte zur Beschreibung der vier Grundängste möglichst vollständig zu erhalten. Dennoch ist in dieser Reduktion mit Sicherheit Einiges verloren gegangen. Mein Anteil an diesem Aufschrieb, den ich eher als „Notizen“ betrachte, ist in dieser untersten Verarbeitungsebene

DIE DEPRESSIVE PERSÖNLICHKEIT: DIE ANGST VOR SELBSTWERDUNG

von Riemanns Werk nur sehr spärlich und gering. Er beschränkt sich auf eine Reduktionsleistung, das Meiste ist Riemanns. Dennoch finden sich an einigen Stellen Worte und Formulierungen, die meine sind. Zitate Riemanns sind grau gekennzeichnet.

Das Anfertigen dieses Textes dient mir dazu, dem Leser, der Riemanns Werk noch nicht kennt, die Brückenteile und Schlüsse nachvollziehbar zu machen, die ich zu meiner Theorie hinschlage. Das Lesen dieses Textes hier kann das sorgfältige Lesen Riemanns Werk nicht ersetzen. Jeder wird Riemann anders auffassen und ihn anders auf die jeweils eigene Sichtweise reduzieren. Kaufen Sie sich daher das Buch ([ISBN 978-3-497-02422-3](#)) und lesen Sie es selbst.

Die depressive Persönlichkeit: Die Angst vor Selbstwerdung

Überblick

Der depressive Typ (D-Typ) hat **Angst, ein eigenständiges Ich zu werden**, weil er die Ich-Werdung als Herausfallen aus der Geborgenheit erlebt. Er lebt die Hingabe an Andere, wünscht sich vertrauten Nahkontakt, hat eine Sehnsucht nach Liebe. Der D-Typ will andere glücklich machen, denkt mehr an andere, als an sich selbst, will sich selbst vergessen und die Getrenntheit der Individuen aufheben. Der D-Typ weist *Merkmale der Menschlichkeit überhaupt* auf.

Auf ihre Beziehungen übertragen wollen sie das Urbild der »Mutter-Kind-Beziehung« wiedererwecken, sie suchen bedingungslose Liebe, wollen ihr Glück teilen. Die Folge dieser Einstellung gegenüber ihren Partnern ist: **das**

Du bekommst einen Überwert (Ich-Schwäche). Die liebevolle Hingabe bedarf eines Partners und ist ohne ihn nicht möglich. So entsteht eine **starke Abhängigkeit vom Partner**, den sie mehr als andere brauchen. Die Abhängigkeit vom Partner stellt sich als eine Verschränkung von Brauchen und Lieben dar: „*Ich brauche Dich, weil ich Dich liebe, ich liebe Dich, weil ich Dich brauche.*“.

Der D-Typ strebt nach der Aufhebung der Distanz, empfindet Distanz, Ferne und Trennung als *allein gelassen* und *verlassen* werden, was ihn in die Depression und in die Verzweiflung treibt. Die zugrundeliegenden Ängste sind die Angst vor Verlust, Distanz, Trennung, Ungeborgenheit, Einsamkeit, verlassen Werden, Entfernung und Entfremdung.

Der D-Typ trennt nicht zwischen Ich und Du, *erlebt sein anders-Sein* und seine *Individuation* bewusst als eine Verlustangst. Unbewusst steckt dahinter die **Angst vor der Ich-Werdung**. Für den D-Typ bedeutet die Individuation eine Unterscheidung von anderen im Denken oder Fühlen. Er erlebt Entfernung und Entfremdung als ein Herausfallen aus der Geborgenheit und Sicherheit der **Konformität**, die er als Angst erlebt. Er folgt deswegen seinem **Herdentrieb** (Gegenstand der **Massenpsychologie**, das „**Schwarmverhalten**“ des Menschen).

Je weniger Eigensein und Selbstständigkeit gelebt wird, desto mehr braucht es einen Partner, Abhängigkeit erzeugt Sicherheit. Daraus entsteht ein Teufelskreis: die Ich-Schwäche stellt sich in einer Verlustangst dar, zur Abwehr der Verlustangst gibt der D-Typ das Selbst zugunsten des Partners noch mehr auf, sucht Halt im Partner und verstärkt dadurch die Ich-Schwäche. Die fehlende Eigenständigkeit verlagert die Verantwortung der Lebensführung auf den Partner, wodurch die Abhängigkeit steigt und die Verlustangst. Die Verlustangst bewirkt wiederum das Vermeiden der Individuation in der Beziehung, was das Fehlen von Eigenständigkeit verstärkt.

Der Teufelskreis wird durch Selbstwerdung durchbrochen.

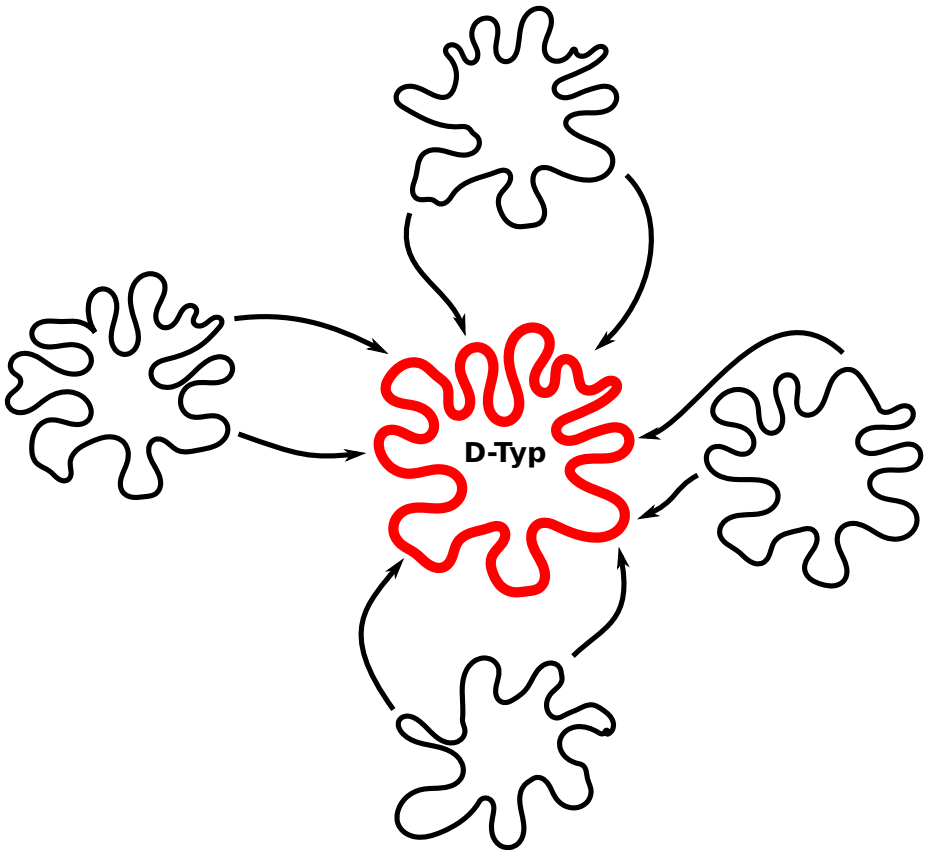


Abbildung 1: Der D-Typ sucht Geborgenheit in Konformität, Anpassung und Unterordnung unter andere. Er vermeidet die Selbstwertung.

Der D-Typ praktiziert einen „Bindungsprotektionismus“: er idealisiert vor allem nahe stehende Menschen, verharmlost und entschuldigt ihre Schwächen, übersieht ihre dunklen Seiten, will nicht Erschreckendes und Beunruhigendes wahrnehmen. Alle Gefährdungen der vertrauensvollen Beziehung werden ignoriert. Er entwickelt **zu wenig Phantasie für das Böse im Menschen**

DIE DEPRESSIVE PERSÖNLICHKEIT: DIE ANGST VOR SELBSTWERDUNG Überblick

(in anderen und in sich selbst), unterdrückt Zweifel und Kritik, geht Spannungen aus dem Weg, vermeidet Auseinandersetzungen des Friedens wegen, sieht Entfremdung als Gefahr. **Das Menschenbild ist zu gut**, er tendiert zu Schönfärberei, hat eine langanhaltende Naivität und Kindlichkeit, neigt zu einer *Vogel-Strauß-Politik* und versteckt den Kopf vor den Abgründen des Lebens.

Er strebt nach Harmonie, muss selbst „gut“ sein und kultiviert alle **altruistischen Tugenden**: Bescheidenheit, Verzichtsbereitschaft, Friedfertigkeit, Selbstlosigkeit, Mitgefühl und Mitleid. Extremformen davon sind: überwertige Bescheidenheit, er nimmt nichts für sich selbst, ist überangepasst, ordnet sich bis zur Selbstaufgabe unter, zeigt evtl. **masochistisches** Verhalten und Hörigkeit, er gibt eigene Wünsche auf und verzichtet auf sein Eigensein.

Er lebt in einer Selbsttäuschung, macht aus seinen Verhaltensweisen ein Tugend, verbirgt dabei jedoch die eigentliche Motivation, nämlich die Verlustangst, die Ich-Schwäche. Er vermeidet das Äußern von Wünschen, Impulsen, Affekten und Trieben, die zur Ich-Werdung führen, erlaubt sie sich nicht. Deswegen braucht er es, dass andere ihm diese Bedürfnisse erfüllen. *Wer nicht nehmen kann, muss hoffen zu bekommen*. Sie bilden eine passive *Erwartungshaltung* aus und **verzichten auf die Belohnungserwartung**. Sie sehen also die Früchte, haben jedoch nicht gelernt, sie zu greifen. **Sie können nicht fordern, nicht gesund aggressiv sein**. Das geringe Selbstwertgefühl schwächt den Mut zum Fordern und Zupacken.

Aus dem geringen Selbstwertgefühl folgt die Überschätzung anderer. Die Verlustangst verhindert das Aufzeigen von Grenzen der Hingabe. Der D-Typ nimmt sich selbst nicht ernst. Aus der allgemeinen Unsicherheit über Freiheit und Bindung, Treue und sexuelles sich Ausleben kann es zu einer Überforderung des Selbsts kommen bis zum **ausgebrannt sein**. Weil er seine Wünsche nicht äußert, sie anderen also unklar und unbestimmt sind, erlebt

DIE DEPRESSIVE PERSÖNLICHKEIT: DIE ANGST VOR SELBSTWERDUNG Liebe/Libido

er Enttäuschungen in der Beziehung zu anderen, die nur eine unzureichende Vorstellung vom Selbst des Depressiven haben.

Körperliche Symptome sind: Störungen des Aufnahmetrakts, der symbolisch für das Nehmen, das Sich-Einverleiben, Zugreifen und Fordern steht. Im Konflikt ist der Schlund betroffen, die Rachenmandeln, die Speiseröhre. Sie leiden an Fett- oder Magersucht, haben „Kummerspeck“ und Süchte aller Art. Sie haben eine Gedächtnisschwäche, sind schwer merkfähig, vergessen schnell, die Eindrücke werden nicht voll apperziert, sie sind zuweilen „nur halb da“. Vor vielen Reizen liegt für sie ein Filter, sie haben Lernschwierigkeiten, leiden an Müdigkeit, Teilnahmslosigkeit, sie haben eine **Abwehr gegen Reize, die ein Begehren wecken könnten**, vermeiden die **Besitznahme. Sie sitzen an der vollgedeckten Tafel des Lebens, trauen sich aber nicht zuzulangen, sehen aber dennoch voll Neid anderen dabei zu.**

Liebe/Libido

In der Liebe ist das Wichtigste für den D-Typ das Lieben, lieben-Wollen, geliebt-werden-Wollen. Er mag keine Spannungen, Auseinandersetzungen und Konflikte, die ihm quälend und unerträglich sind. Er hat ein starkes Bedürfnis nach Nähe und kann sich nicht vorstellen, dass der Partner das anders sehen könnte. Bemühungen um den Partner und die Umklammerung des Partners führen zu Krisen, die ihm „unverständlich“ sind. Bei abrupter Entfernung des Partners reagiert er dann panisch, geht dabei bis zu Erpressung mit Selbstmord. Das Bedürfnis nach Distanz beim Partner wird als mangelnde Zuneigung oder als Anzeichen dafür gedeutet, dass der Partner ihn nicht mehr liebt.

Der D-Typ weist andererseits grundlegende Fähigkeiten des Menschen auf: **Fähigkeit zu einführender Identifikation, liebende Zuneigung, tran-**

DIE DEPRESSIVE PERSÖNLICHKEIT: DIE ANGST VOR SELBSTWERDUNG Liebe/Libido

szendierende Teilhabe. Die Identifikationsbereitschaft löst Grenzen zwischen Ich und Du und spiegelt das Urbild der grenzenlosen Beziehung zur fürsorglichen Mutter. D-Typen geben ihren Partnern Geborgenheit, Gefühlsinnigkeit, stehen für Unbedingtheit der Zuneigung und Zuwendung ein, weisen eine große Liebesfähigkeit, Hingabe- und Opferbereitschaft auf, die bis in die Selbstaufgabe, zur Hingabe und Opferung des Selbst reichen kann.

Bei den tiefer Gestörten ist die Verlustangst so groß, dass sie überwiegend durch den Partner leben, wenn dieser mehr Selbstständigkeit entwickelt. Er passt sich aus Angst vor dem Alleinsein und dem Verlassenwerden an den Partner an, so dass es in der Beziehung zu einer *Synchronisation*, der Ausbildung kohärenten harmonisierten Verhaltens, einer Ko-Identifikation und Verschränkung kommt. In der **sympiotischen** Beziehung heben sich die Grenzen zwischen Ich und Du auf. „Man weiß nicht mehr, wo man selbst aufhört und der andere anfängt.“, man „frisst sich vor Liebe auf“. Das eigene Wesen wird zurückgestellt, der D-Typ übernimmt die Ansichten und Meinungen des Partners. Er lebt eine aufopfernde und selbstlose Liebe nach dem Motto „Wo Du hingehst, da will ich auch hingehen.“. Wenn aus der Verlustangst die Selbstaufgabe folgt, entwickelt sich der D-Typ zum Kind zurück („Vater/Mutter-Kind-Beziehung“) und eine starke Abhängigkeit vom Partner. Er glaubt, der andere brauche ihn nicht mehr, wenn er selbstständiger wird.

Es findet eine subtile Art des Missbrauchs des Partners statt. Man liebt i.A. nicht den Partner, sondern das Gefühl zu ihm, die Beziehung hängt also nur von der Fähigkeit zu lieben und zu ertragen ab. Es entwickelt sich nicht selten eine „erpresserische Form der Liebe“: Im Äußeren, der Fassade, ist der D-Typ überbesorgt, aber eigentlich möchte er den Partner beherrschen, er erweckt Schuldgefühle, es zeigen sich vorgetäuschte oder **psycho-somatische** Krankheitsbilder: „wenn Du mich nicht mehr liebst, will ich nicht mehr leben“. Es kommt zu einer Übertragung von Verantwortung zum Leben auf

den Partner. Die Folgen sind „Verstrickungstragödien“, die Beziehungen hängen nur noch über Angst-, Mitleid- und Schuldgefühle zusammen, unter der Oberfläche befinden sich Hass und Todeswünsche.

Die Sexualität ist ihnen weniger wichtig als Liebe, Zuneigung und Zärtlichkeit, Abhängigkeiten können sich steigern bis in den **Masochismus**, in die Hörigkeit und Willenlosigkeit.

Aggression/Destrudo

Das **Allerheiligste** ist dem D-Typ seine Beziehung, die **Bindung**. Aggressionen können dieses Heiligtum zerstören, müssen also mit allen zur Verfügung stehenden Möglichkeiten bekämpft werden. In **Aggressionen** wittert der D-Typ also **Gefahr**, denn sie können den „Ast absägen auf dem man sitzt“. Der D-Typ entwickelt dazu mehrere Strategien.

Er entwickelt eine **Ideologie der „Friedfertigkeit“**, blendet Aggressionen aus, verlagert sie von Außen nach Innen, deutet sie um, verharmlost sie, macht Kleinigkeiten aus ihnen und entwickelt dabei ein Gefühl moralischer Überlegenheit, eine **passive Aggressivität**, eine **erzwungene Harmonisierung**, eine **subtile Form der Gewalttätigkeit**.

Er duldet die Aggression des Partners, der Abstand schaffen will, entwickelt einen seelischen, moralischen oder sexuellen **Masochismus**. Die im Selbst unterdrückten Aggressionen erlebt er dadurch im anderen. Der D-Typ überträgt den (normalerweise vorhandenen) inneren Impuls zur Selbstwerdung, den Individuationsimpuls, auf den Partner aus Angst davor, mit dem an die Oberfläche dringenden Impuls die Bindung zu gefährden. Auf die Aggression des Partners reagiert der D-Typ dann mit erzwungener Friedfertigkeit und erzeugt über den äußeren Anschein der Rollenverteilung im Streit Schuldgefühle, **macht den Partner wütend** und **vertieft die Bindung**

über die entstehenden Schuldgefühle, fordert Wiedergutmachung: „Der D-Typ leidet (selbst), der Partner ist der Böse“, der „demütige Heilige“ wird dadurch zum Quäler, der (aggressive) „Sünder“ zum Gequälten. Das eigene Böse wird also auf den Partner übertragen und so **Schuld** und **Schuldbindung** erzeugt. Hinter der überbesorgten Liebe des D-Typs stecken manchmal Aggressionen. Der Partner wird erstickt, gewissermaßen „weich vergewaltigt“.

Ein unbewusstes Ausleben der Aggressionen findet sich häufig auch im Jammern, Klagen und Lamentieren: „alles zu viel“, „Menschen so böse“, „Rücksichtslosigkeit“, sie haben dann eine anklagende Miene, erwecken Schuldgefühle beim Partner, zwingen ihn indirekt zu größerer Rücksichts- und Anteilnahme, zermürben damit den Partner, ohne dass es dem D-Typ bewusst ist.

Wenn die die Bindung gefährdenden eigenen Aggressionen aus dem Konflikt zwischen Individuationsimpulsen, Schuldgefühlen und der Angst vor dem Verlust der Liebe des Partners nicht nach Außen in Form von Anklagen, Vorwürfen und Hass übertragen werden können, muss er sie gegen sich selbst richten: Selbstmitleid, **Melancholie**, Selbstbestrafung sind die Wirkung.

Der D-Typ durfte aggressive Individuationsimpulse nicht leben, hat nicht gelernt und ist unerfahren damit, die Qualität und Quantität der natürlichen eigenen Aggressionen in der Beziehung zum Zweck der Selbstbehauptung, der Durchsetzung eigener Ziele, zu steuern, scheut sich vor der Anwendung der Aggression, die für ihn „böse“ ist, hat Angst vor einem „Bumerang-Effekt“ des eigenen aggressiven Verhaltens.

Es findet sich nicht selten folgende „Eskalationskaskade“ der unterdrückten Aggressionen: Überbesorgtheit, das Ideologisieren von Bescheidenheit, Friedfertigkeit und Demut, lammentierendes Jammern, Dulderhaltung bis zur Wendung gegen sich selbst in Selbstvorwürfen, Selbstanklagen,

Selbstbestrafungen bis zur Selbstzerstörung. Körperliche Wirkungen sind die **Somatisierung** und andere körperliche Manifestationen des **Selbsthasses**.

Genese

Als erzeugende Ursachen wird u.a. die Anlage angenommen mit der folgenden (seelischen) **Konstitution**: betont gemütschaft - gefühlswarm, vorhandene Liebesbereitschaft und -fähigkeit, Einfühlungsgabe, eine gewisse Schwermütigkeit und Anhänglichkeit im Gefühl, eine Abneigung, sich von emotional Signifikantem zu trennen.

Die Bindung des D-Typs weist folgende Merkmale auf: Treue, relationale Beständigkeit, liebende Einfühlung, leichte **Melancholie**. Die Aggressivität ist gehemmt, er zeigt wenig Ellenbogen, ist friedfertig, gutartig, wenig kämpferisch. Er hat eine „sensible Vitalschwäche“, eine seelische Durchlässigkeit, Hautlosigkeit, einen Mangel an „dickem Fell“, ist darauf angewiesen, beschützt und gestützt werden, fordert die Bevaterung und Bemutterung heraus, neigt zu **phlegmatischem Verhalten** und ist bequem.

Als biographische Ursachen der Angst- und Schuldbesetzung der Individuation (Ich-Werdung, Eigendrehung) sieht **Riemann** im Wesentlichen zwei Ursachen, nämlich **Verwöhnung** und **Versagung**.

Verwöhnung

Ursächlich sind sog. „Gluckenmütter“ („Helikoptereltern“), die Mutter hält das Kind klein, hilflos und abhängig, sie brauchend und auf sie angewiesen. Depressive Mütter haben selbst Verlustangst, Lebensangst, Angst vor Liebesverlust, überschütten das Kind daher mit Zärtlichkeit, muten ihm keinen natürlichen, gesunden und notwendigen Verzicht zu.

Dazu zählen manchmal geschiedene Mütter, die das Kind als Liebesersatz „nutzen“. Die **Bindung an das Kind** erfolgt durch die **Übertragung von Schuld**, die Mutter bringt dem Kind viele Opfer, lässt es aber nicht los, das Kind soll der Mutter dankbar sein. Wenn die Mutter selbst depressiv ist, dann erschrickt sie vor der Entwicklung des Kindes hin zu seiner Selbstständigkeit, erstickt seine Vital- und Individuationsimpulse, die in der Bindung von der Mutter wegweisen, decken es mit Zärtlichkeit zu, „kauen ihm alles vor“.

Die **Wutäußerungen des Kindes** werden **unterdrückt**: das Kind bekommt kaum eine Chance, seine aggressiven Affekte zu äußern und wohlmöglich eigene Lösungen für das Unbehagen zu finden, die Mutter behindert das Kind in seiner Entwicklung, kommt mit den aggressiven Affekten des Kindes nicht klar, überträgt dem Kind Schuldgefühle, wenn in ihm aggressive Affekte aufsteigen.

Mutter und Kind leben in einer gegenseitig verstrickten Nähe, die Mutter verhält sich wie ein Puffer (Filter) zwischen „der Welt“ und dem Kind, schirmt es ab. Das Kind kennt es nicht anders, dass **alles nur mit der Mutter** und deren Genehmigung geschieht. Die Folge ist, dass das Kind nicht lernt, die eigenen individualisierenden Wünsche zu äußern, zu verfolgen. Es resigniert, gleitet in passive **Indolenz** ab, erwartet die Erfüllung von Wünschen, weil es verlernt hat, sie selbst zu äußern, entwickelt **Bequemlichkeitshaltungen** zur Abwehr der Individuationsimpulse, eine **passive Erwartungshaltung**, bildet sich ein „Leben im Schlaraffenland“ ein.

Die **Folgen des Abwartens** sind: Impulse von Wünschen und Wollen fallen aus, der Mensch wird ungeübt im Umgang mit der Welt und **entwickelt eine Angewiesenheit auf andere**.

Die Abschirmung der Mutter geschieht folgendermaßen: sie projiziert eine böse, gefährliche Welt, suggeriert dem Kind, dass es Wärme, Geborgenheit, Verständnis und Sicherheit nur (daheim) bei der Mutter gäbe, schwächt

damit den Impuls des Kindes ab, sich der Welt zuzuwenden. Sie hütet das Kind eifersüchtig, unterbindet seine Kontakte, reagiert traurig und gekränkt auf Kontakte und Freundschaften, suggeriert dem Kind, es sei der Mutter „untreu“.

Die Eigenimpulse des Kindes werden erstickt, das Kind wird „weich vergewaltigt“. Die Mutter lässt nichts Rauhes, Kaltes, Hartes an das Kind herankommen, das Kind lernt keinen Umgang mit den rauen Seiten des Lebens, entwickelt eine **Ich-Schwäche**, die Lebensbewältigung erscheint ihm zunehmend als eine ungeheure Aufgabe.

Versagung

Die zweite Entstehungsursache des D-Typs ist die **Versagung elementarer Bedürfnisse**. Dies geschieht durch wenig mütterlich-liebensfähige, harte Mütter, die wenig über die Bedürfnisse des Kindes Bescheid wissen. Sie erziehen das Kind schematisch, sind regelrechte „Programm-Mütter“. Es **mangelt an Passgenauigkeit der Bedürfnisse des Kindes und der Hingabe der Mutter**, es geschieht eine zu frühe Anpassung an dem Kind unzumutbare Lebensbedingungen, z.b. unregelmäßiges, hastiges, zu kurzes Stillen ohne körperliche Zuwendung, ungeduldiges Stillen. Das Kind wird von der Stillung seiner Bedürfnissen regelrecht abgeschnitten, resigniert vor der Welt und entwickelt eine Hoffnungslosigkeit, kann nicht an die Zukunft glauben, nicht an sich selbst und die eigenen Möglichkeiten. Das Kind hat nur gelernt sich anzupassen, hat ein Gefühl der Aussichtslosigkeit trotz der sich ihm bietenden Möglichkeiten.

D-Typen sind deswegen gewohnheitsgemäß nur stark im Ertragen und Verzicht, erwarten nur das Schlimmste, sind **pessimistisch**, haben keine Vorstellung von einem frohen, leichten und beglückenden Leben. Wenn in ihnen Glück aufkommt, dann ist es gleichzeitig mit Schuldgefühlen behaftet. Sie

können sich nicht richtig freuen, zerstören sich Glücksmöglichkeiten durch eine Art „Enttäuschungsprophylaxe“: Sie glauben nicht an den eigenen Erfolg und versuchen es erst gar nicht. Durch die **fehlende Erwartung von Glück** fehlt ihnen der Antrieb. Sie haben **Hemmungen** auf allen Gebieten des **sich-etwas-Nehmens, Forderns** und Zugreifens, erheben diese Gemehmtheit zu einem Wert, formen daraus eine **Ideologie des Verzichts** und leiten daraus ihre moralische Überlegenheit ab. In Wahrheit wehren sie ihren Neid ab.

Aus dem Gefühl heraus nicht liebenswert zu sein, entwickeln sie Minderwertigkeitsgefühle. Eine Extremform des Minderwertigkeitsgefühls ist: der D-Typ glaubt, kein Lebensrecht zu haben, und dass schon das bloße Dasein Schuld ist.

Gegenüberstellung: Versagung und Verwöhnung

Beides, Versagung und Verwöhnung, bewirkt eine depressive Persönlichkeitsstruktur. Die Krise des verwöhnten Kindes kommt als Realitätskonflikt, mit der Erkenntnis, den Anforderungen des Lebens nicht gewachsen zu sein. Manche reagieren darauf mit Sucht. Versagung und früher Verzicht hingegen bewirken anspruchslose, stille, schüchterne und **angepasste Kinder**, die daran gewöhnt sind, ihre Ansprüche hinter den Erfordernissen der Lebensführung der Eltern zurückzustellen, Das so aufgewachsene Kind durfte zu wenig eigen und Subjekt sein, war mehr Objekt. Es sieht Forderungen der Eltern im späteren Leben (projiziert/überträgt die Beziehung der Eltern auf die Beziehungen zur Welt, in denen es Fürsorge erwartet), empfindet irgendwann das Leben selbst als Forderung und vermeidet divergente soziale Forderungen. Manche wählen zur Sublimierung des Liebesdefizits helfende, aufopfernde Tätigkeiten, karitative Berufe, um so die fehlende Liebe zu erhalten.

Depressive **erleben Chancen als Forderungen an sie**, dies führt in **Resignation**, **Apathie** und eventuell in die **Ablehnung aller Forderungen**. Ein „Streik“ ist eher ein gutes Zeichen, ein sich Auflehnen gegen das Müssen und Sollen. Bei weitergehenden Anforderungen an sie besteht die Gefahr der Verzweiflung, es entsteht in ihm zunehmende **Indifferenz**, **Gleichgültigkeit**, **Apathie**. Sie werden zu „Versagern“, entwickeln Süchte. Sie konstruieren sich selbst eine unlösbare Situation: sie geben sich selbst auf zur Erfüllung von Forderungen, haben dadurch keine Freude mehr am Leben, beginnen die Forderung abzulehnen, bekommen deswegen Schuldgefühle, die wiederum neue Forderungen sind. Sie wiederholen und rekonstruieren die Situation ihrer Kindheit.

Das **Introjierte** Bild einer dem Kind gegenüber feindseligen, ablehnenden, es überfordernden Mutter ist nicht selten die Ursache für den Selbstmord als letztmögliche Form der Resignation. Die Mutter-Instanz in der Seele des Kindes schürt den Selbsthass und treibt das Kind in die Selbstzerstörung. Ein Kind muss und will jedoch seine Mutter lieben, und so bekommt es Schuldgefühl wegen des Hasses auf die Mutter. Es verwechselt den Hass der Mutter mit dem Selbsthass.

Das zentrale Problem des D-Typs ist: nicht geglückte »Eigendrehung«, mangelnde Entwicklung des Subjekt-Seins. Das schwache Ich erlebt schließlich alles als Forderung, steht Bergen von Forderungen gegenüber, erlebt Verzweiflung. Er hat nur schwache eigene Impulse, Wünsche und Zielsetzungen. Er kann nicht nein sagen aus Verlustangst und Schuldgefühlen. Die aufgrund der Vermeidung der Individuation und Aggression aufgestauten Hass- und Neidgefühle werden in Form von Selbstanklagen und Selbstbestrafungen gesüht.

Abrundung - Sozialverhalten

Der D-Typ vermeidet die Individuation, lebt stattdessen die Hingabe, stellt Selbstwert und Ich zurück, ist einfühlsam bis zur Identifikation, ist mitfühlend und mitleidend, denkt erst an den Anderen, hat ein tiefes Fremdverständnis, **Empathie**, verliert sich dadurch selbst, wird leicht ausgenutzt, erlebt Frustrationen, weil andere nicht so rücksichtsvoll, einfühlsam und anpassungsbereit sind. Er erlebt neidisch den unbefangenen Egoismus der Anderen, erhebt deswegen die Not und das eigene Verhalten zu einer Tugend und Ideologie, wehrt Neid mit moralischer Überlegenheit ab. Die daraus entstehenden Ideologien sind schwer korrigierbar. Der D-Typ hat Angst, die Ideologie des Verzichts und der emotionalen **Askese** abzulegen, weil sie ungeübt sind im Nehmen und weil sie so zu sich selbst finden würden. Zu ihren Werten zählen daher u.a. Bescheidenheit, Demütigkeit, Friedfertigkeit und Bedürfnislosigkeit.

Der D-Typ empfindet sich als Träger der Gemeinschaft, bekommt Minderwertigkeits- und Schuldgefühle, wenn Einladungen zu Festen oder wenn die Unterhaltung der Gäste nicht glückt, übernimmt zu viel Verantwortung, überfordert sich. Er übernimmt bis weit über die eigenen Grenzen hinaus Verantwortung für andere, ist nie richtig er selbst, lebt auf einer Position zwischen sich und den anderen, muss sich in die soziale Umgebung einfühlen, sie verstehen und zufrieden stellen, stellt sich selbst zurück, um das kleine bisschen Geborgenheit und Liebe der Gemeinschaft nicht zu verlieren. Die Ich-Schwäche bewirkt eine extreme „Du-Bezogenheit“.

Körperliche Symptome sind Darstellungen des Selbstschutzes vor Überforderung. Das nicht gelebte Subjekt-Sein und Sich-ausnutzen-Lassen führt zum Hassenmüssen, zu quälendem Neid, ohnmächtiger Schwäche und Bitterkeit, er muss die Affekte jedoch zudecken und Aggressions- und Individuationsimpulse unterdrücken.

[Riemann](#) zeichnet die Linie der Schweregrade der Ausprägungsstärke des Verhaltens des D-Typs: [Kontemplation](#), Beschaulichkeit, stille Introvertiertheit, Bescheidenheit, Schüchternheit, Gehemmtheit im Fordern und Sich-Behaupten, Bequemlichkeit, rezeptive Passivität, passive Erwartungshaltungen, (Schlaraffenlanderwartungen an das Leben), Hoffnungslosigkeit, [Depression](#), [Melancholie](#), nicht selten am Ende Selbstmord, völlige [Apathie](#), [Indolenz](#) und Süchte. Häufig findet man einen besonders schroffen Wechsel zwischen hoffnungsvollen Lichtblicken und hoffnungsloser Verzweiflung.

Die Religion (der **Glaube**) des D-Typs ist gekennzeichnet von einer **Hoffnung auf Erlösung von Leiden und Schulden**, einer Sehnsucht nach Erlebnissen der Allverbundenheit und Einheit. Er ist von Demut und der Idee des läuternden Leidens angesprochen, von Ideen der Weltentsagung, Selbstvergessenheit, einer Loslösung vom Ich. In kindlich-religiöser Form glauben sie an das [Jenseits](#), an eine Erhöhung der Erniedrigten und eine Erniedrigung der Erhöhten (vgl. [Lukas 6:\[20-26\]](#), [Matthäus 19:30](#)).

Der D-Typ schreibt sich schnell und leicht Schuld zu. Ihm liegen daher Entsagung, Verzicht, Opfer und Askese, die ihm ein Mittel sind, sich der Auseinandersetzung um das Begehren zu entziehen. In der Kindererziehung sind sie überbesorgt, lassen das Kind schwer seiner altersgemäßen Entwicklung nachgehen, halten nicht die notwendige Distanz zu ihm ein, sind **inkonsequent**, können nicht hart sein, schonen das Kind an falscher Stelle, muten ihm nichts zu.

Sie wählen als Berufe typischerweise mütterlich sorgende, helfende, dienende, pflegende Tätigkeiten, soziale, fürsorgliche, ärztliche, psychotherapeutische, gemeinnützige Berufe, sind darin aufopferungsfähig, geduldig, einführend. Sie können warten und sind geduldig. Sie sind Ärzte, Geistliche, Pädagogen, Gärtner, Förster, Gastwirte, in der Lebensmittelbranche in gleichsam mütterlichen Tätigkeiten.

Die erleben im Traum ihre Resignation, haben eine [Tantalosmentalität](#),

sitzen im Traum an gedeckten Tafeln ohne Gedeck für sich, Schlaraffenträume ohne Erfüllung, werden mit ihrer Bequemlichkeit und den passiven Ansprüchen konfrontiert.

Der gesunde D-Typ kann verzeihen, geduldig warten, hat einen wenig ausgeprägten Egoismus, empfindet das Leben als schwer, entwickelt eine Haltung „*Humor ist, wenn man trotzdem lacht.*“, entwickelt tiefe Lebensfrömmigkeit, weiß um Abhängigkeiten und Gefährdungen. Die Haupttugenden sind Ausharren und Ertragen, sie stellen ihr Licht gerne unter den Scheffel, sind stille, tiefe Wasser, gemütshaft, gefühlstief und warm. Sie sind dankbar für das, was sie haben, empfinden Geglücktes als Geschenk, zeigen Gnade und Demut im echten Sinne.

Auswege

D-Typ muss lernen, seine eigenen Aggression zu erkennen, sie zuzulassen und auf eine den sozialen Umständen angemessene Weise zu steuern. Er muss die Angst vor der Selbstwertung überwinden, sein Eigensein erkennen, es zulassen und erleben lernen. Er muss es **wagen**, ein **eigenständiges Individuum zu werden**, sein „Objekt-Sein“ in ein „Subjekt-Sein“ zu tauschen.

Referenzen / Einzelnachweise

[1] Fritz Riemann, Grundformen der Angst, Reinhardt Verlag, 42. Auflage

Index

(ISBN 978-3-497-02422-3), 3

„Schwarmverhalten“, 4

altruistischen Tugenden, 6

Apathie, 15, 17

Askese, 16

ausgebrannt sein, 6

Depression, 17

Empathie, 16

Fritz Riemann, Grundformen der
Angst, Reinhardt Verlag, 42.
Auflage, 18

Fritz Riemanns, 2

Gleichgültigkeit, 15

Grundformen der Angst, 2

Indifferenz, 15

Indolenz, 12, 17

Introjierte, 15

Jenseits, 17

Konstitution, 11

Kontemplation, 17

Lukas 6:[20-26], 17

Masochismus, 9

masochistisches, 6

Massenpsychologie, 4

Matthäus 19:30, 17

Melancholie, 10, 11, 17

pessimistisch, 13

phlegmatischem Verhalten, 11

psycho-somatische, 8

Resignation, 15

Riemann, 11, 17

Somatisierung, 11

symbiotischen, 8

Tantalosmentalität, 17