

# **Inzestscheu und Beziehung**

**Ludwig Janus**

## **Übersicht über die Geschichte der Beziehungen zwischen den Geschlechtern**

Wegen der biologisch vorgegebenen Inzestscheu (Bischof 1991), die instinktiv festlegt, dass die die sich kennen, nicht heiraten dürfen, gab es in der Geschichte der Menschheit die komplexen Heiratsregelungen der Exogamie und der Besuchsehe, die gewissermaßen der instinktiven Vorgabe der Inzestscheu in Form des Inzesttabus eine soziale Regelung gaben. Sexuelle Beziehungen erfolgten also nur zwischen einander Unbekannten, waren also nicht Liebesbeziehungen oder persönlich intime Beziehungen in unserem Sinne. Das ist erst ein Projekt des 19. Jahrhunderts (Luhmann 2003). Folgten also die Stammeskulturen mit den Heiratsregelungen den instinktiven Vorgaben, so auch später die matrifokalen Kulturen mit der Regelung der Besuchsehe, wobei der Ausdruck Ehe wohl missverständlich ist, weil es sich nicht in unserem Sinne um Liebesbeziehungen handelte, die die Kraft haben, eine eigene Familie und eine eigene Welt zu begründen.

Mit den patriarchalen Kulturen trat eine ganz neue Situation ein: Durch die Kontrolle und Abwertung der Frau zum Besitz des Mannes trat der Mann gewissermaßen an die Stelle des Vaters. Wie sie vorher dem Vater gehört hatte, gehörte sie jetzt dem Ehemann, das heißt die Ehen hatten insgesamt einen „inzestuösen“ Charakter, was dazu führt dass die Frau entsprechend der instinktiv vorgegebenen Inzestscheu zur „Madonna“ wurde und die Sexualität sich außerehelich abspielte. Das hatte zur Folge, dass in vielen Liebesbeziehungen die Sexualität nach der Ehe erstarb.

## **Entwicklungspsychologische Aspekte**

Bedeutsam für ein Verständnis der Zusammenhänge ist eine Kenntnis der frühen Beziehungsentwicklung wichtig. Diese ist dadurch bestimmt, dass die frühe Beziehung zwischen Mutter und Kind und Eltern und Kind mehrere Stadien durchläuft, wobei die Inzestscheu erst ein spätes Stadium betrifft oder hier wirksam wird, also entscheidend erst mit der sexuellen Reife. In den Anfangsstadien handelt es sich eben vor der Geburt um eine existenziell-symbiotische Beziehung: das Kind wird ernährt, beatmet, entgiftet, gewärmt und entwickelt sich in einem primären Schutzmilieu; dann handelt es sich im ersten Lebensjahr um eine existenziell-abhängige Beziehung: wegen seiner Unreife ist das Kind darauf angewiesen, herumgetragen zu werden und gewärmt, genährt und gesäubert zu werden, und ganz

wesentlich, ist es auf eine emotionale Koregulation und Präsenz einer Beziehungsperson angewiesen, um seine Kohärenz aufrecht zu erhalten. Erst in den nächsten zwei Jahren gewinnt das Kind eine gewisse Autonomie. In der sogenannten ödipalen Phase tritt auch schon unter der Wirkung der Inzestscheu eine gewisse soziale Differenzierung im Rahmen der Übergangszeit der Latenz ein. Erst mit der sexuellen Reife in der Pubertät kommt es dann zu einer durch das Inzesttabu bedingten Ablösung von den Eltern und damit auch zu einer Autonomie und Eigenverantwortlichkeit.

### **Psychohistorische Hintergründe**

Nun ist es so, dass in den Hörigkeitsstrukturen der traditionellen Gesellschaften die Mehrheit der Mitglieder dieser Gesellschaften in letztlich kindlichen Abhängigkeiten lebenslang verblieb (Janus 2013c, 2020a), sodass die Sexualität im Wesentlichen in einer unregelmäßigen Weise als Triebabfuhr erfolgte. Nur ein kleiner Teil der Bevölkerung hatte die Möglichkeit zum Heiraten und diese Heiraten waren in der Regel nach den sozialen Notwendigkeiten arrangiert.

Eine vollständig neue Situation entstand mit der Aufklärung mit ihrer Forderung eines selbstbestimmten Lebens und damit auch selbstbestimmter Beziehungen. Das hatte das psychologische Projekt der inneren Auseinandersetzung mit den Abhängigkeitsgefühlen in Bezug auf die Eltern und ihren Folgewirkungen und ihren Wiederholungen auf der Ebenen des Erwachsenenlebens zur Folge, das im 19. Jahrhundert auf der literarischen Ebene ausgetragen wurde (Janus 2018) und am 20. Jahrhundert auf der Ebene der modernen Psychotherapien und einer allgemeinen Psychologisierung der Gesellschaft. Man kann hier von der Ausbildung einer „selbstreflexiven Funktion“ im Umgang mit sich selbst und im Umgang mit anderen sprechen. All das ermöglichte oder spielte zusammen mit der Emanzipation der Frauen, die wesentlich auch durch die Einrichtung von Bildungsanstalten für Mädchen im 18. Jahrhundert ermöglicht wurde (Petschauer 1989). Eine „selbstreflexive Funktion“ kann sich nur ausbilden, wenn man als Kind von Anfang an verstanden wird und als Erwachsener in einer gleichberechtigten Partnerschaft lebt, und eben in einer demokratischen gesellschaftlichen Verfassung.

Damit war die Anforderung verbunden, die frühen Abhängigkeitsgefühle in den Elternbeziehungen nicht mehr, wie bis dahin üblich, in den sozialen Strukturen in Bezug auf weltliche und geistliche Obrigkeiten auszuleben und zu regulieren, sondern dies in einem kontinuierlichen selbstreflexiven Prozess lebenslang innerlich zu regulieren. Im Rahmen der Psychoanalyse geschah dies in Bezug auf die Elternabhängigkeiten des kleinen Kindes in der

ersten Hälfte des vergangenen Jahrhunderts und im Rahmen der Kleinianischen Psychoanalyse und anderer Psychotherapien auch des Säuglings in der zweiten Hälfte des letzten Jahrhunderts und damals auch beginnend im Rahmen der Pränatalen Psychologie und der Regressionstherapien in Bezug auf die vorgeburtliche Abhängigkeitsbeziehung und die Geburt (Janus 2013a, 2013b, Evertz, Janus, Linder 2014, 2020). Aufgrund dieser Forschung kann heute diese Anforderungen der inneren Regulierung der verschiedenen Bezogenheitsebenen genauer umrissen werden.

Faktisch erforderten die persönlicheren Liebesbeziehungen, wie sie im 19. Jahrhundert entstanden und im 20. Jahrhundert selbstverständlicher wurden, eine Auseinandersetzung mit der unausweichlichen Wiederbelebung der primären Vertrautheiten oder Unvertrautheiten aus der frühen Mutter- und Elternbeziehung, die gewissermaßen vor dem Wirksamwerden der Inzestscheu lagen. Das führte zu einem komplizierten Management zwischen primärer Vertrautheit und elementaren Abstoßungen und Ängsten, wie dies in der Literatur vielfältig verhandelt wurde und besonders intensiv in den Filmen von Ingmar Bergmann (Renggli 2008). Wegen der größeren psychologischen Sensibilität und Wachheit in unserer Zeit sind hier vielleicht konstruktivere Lösungen als in Bergmanns „Szenen einer Ehe“ möglich. Insbesondere geht es um eine Balancierung von Wünschen nach primärer Vertrautheit in Resonanz zur frühesten Elternbeziehung und einer existenziellen Fremdheit oder Unvertrautheit auf der Ebene der existenziellen Verschiedenheit der Geschlechter, deren Anerkennung und Beachtung gewissermaßen dem instinktiv vorgegebenen Inzesttabu auf einer inneren und beziehungsmaßigen Ebene gerecht wird (Janus 2019).

### **Konfliktdynamik in Partnerbeziehungen**

Eine besondere Schwierigkeit besteht in der Verarbeitung des Transformationscharakters der frühen Beziehungen mit der vorzeitigen Geburt und des damit verbundenen mühsamen und oft unvollständigen Erreichens einer gewissen Autonomie in den ersten drei Lebensjahren. Dazu kommt dann die Schwierigkeit einer Teilselbstständigkeit in der sogenannten Latenzzeit. Diese transformativen Aspekte von Beziehung bergen aber auch die große Chance zu wirklichen Entwicklung und Neufindungen, wie sie das moderne Leben von uns verlangt. Dem gilt es in einer verantworteten Beziehung gerecht zu werden.

Konkret bedeutet das, dass das soziale Konstrukt moderner Liebes- und Ehebeziehungen gerade darauf beruht, dass das tiefe persönliche Kennen und Lieben in Resonanz steht zu den vorsprachlichen positiven Beziehungserfahrungen mit der Mutter und dem Vater, wie sie sich vor dem Wirksamwerden der Inzestscheu unter günstigen Bedingungen entwickeln können.

Ein Beispiel ist die wichtige Rolle, die das Sich-wechselseitig-Erblicken in Liebesbeziehungen spielt, das in Resonanz steht zur Bedeutung des ersten Sich-wechselseitig Erblickens zwischen Mutter/ Vater und Kind nach der Geburt. Wie eine Liebesbeziehung mit einem Ineinander-versinken im gegenseitigen Sich-erblicken beginnen kann ist sehr schön oder fast exemplarisch in dem alten Revuefilm „Wir machen Musik“ gezeigt. Es geht also darum, diese beiden Ebenen innerlich und in der Beziehung zu balancieren. Wegen der Komplexität dieser Aufgabe ist man hier auf eine hohe „selbstreflexive Kompetenz“ und je nach den persönlichen Bedingungen auch auf Hilfen angewiesen: diese können einmal in einer Psychotherapie bestehen, speziell in einer Selbsterfahrung, die eine Auseinandersetzung und eventuell auch Aussöhnung oder besser Integration der frühen vorsprachlichen Beziehungserfahrungen ermöglicht, die dann eben nicht mehr in der Ehebeziehung ausagiert werden müssen, was früher selbstverständlich war und wegen der sehr traumatisch belasteten Kindheit in den früheren Zeiten ein Hintergrund für die strukturelle und manifeste Gewalt zwischen den Geschlechtern in Geschichte und Gegenwart ist (Shorter 1987, Fuchs 2019).

Eine andere Ressource ist die Realisierung des projektiven Charakters der bisherigen gesellschaftlichen Konstrukte und Strukturen, etwa der bisher wirksamen Gehorsamskultur, in der das ganze Leben durch die weltlichen und geistlichen Obrigkeiten bestimmt wurde. Die Rücknahme dieser Projektionen und Relativierung der damit verbundenen „projektiven Gefühlsregulation“ (Janus 2020b) ermöglicht das Freiwerden von den Abhängigkeiten und eine innere Wahrnehmung eigener Gefühle und Impulse, was eine Verantwortlichkeit erst ermöglicht. Selbstverständlich sind wir hier erst auf dem Wege und diese „selbstreflexive Funktion“ kann nur das Ergebnis eines langen und anspruchsvollen emotionalen Lernprozesses sein, was bedeutet, die Schule müsste ein Drittel ihres Programms der Entwicklung dieser Funktion widmen, wie will ich meine Beziehungen gestalten, meine Partnerschaft, meine Elternschaft, wie will ich mit Konflikten umgehen usw. (Janus 2010). Und natürlich müssten Eltern noch in weiterem Maße als das heute schon durch die Betonung der Achtsamkeit und die reale Unterstützung durch die „frühen Hilfen“ geschieht über die primären Bedürfnisse der Kinder und die Wirklichkeit der frühen Beziehungsentwicklung aufgeklärt werden (Grille 2004, Axness 2012).

## **Literatur**

Axness M (2012) Parenting for Peace. Sentient Pbl., Boulder, CO, USA.

Bischof N (1991) Das Rätsel Ödipus. Die biologischen Wurzeln des Urkonflikts von Intimität und Autonomie. Piper, München.

- Evertz K, Janus L, Linder R (eds.) Handbook of Prenatal Psychology. Springer, New York.
- Fuchs S (2019) Kindheit ist politisch. Mattes, Heidelberg.
- Grille R (2005) Parenting for a peaceful world. Longueville Media, Alexandria, Australia.
- Janus L (2010) Über Grundlagen und Notwendigkeit der Förderung der Elternkompetenz. In: E. Völlmiche, G. Bruder Müller (Hg.) Familie – ein öffentliches Gut. Königshausen und Neumann, Würzburg. S. 207-218.
- Janus L (Hg.) (2013a) Die pränatale Dimension in der Psychotherapie. Mattes, Heidelberg.
- Janus L (Hg.) (2013b) Die pränatale Dimension in der Psychosomatischen Medizin. Psychosozial, Gießen.
- Janus L (Hg.) (2013c) Die Psychologie der Mentalitätsentwicklung – vom archaischen zum modernen Bewusstsein. LIT Verlag, Münster.
- Janus L (2018) Die Widerspiegelung der Evolution der Mentalitätsstrukturen und Lebensbezüge in der Literatur. In: Homo foetalis – das Wechselspiel des fötalen Erlebens mit den Primateninstinkten und dem Verstand als Wesenskern des Menschen. Mattes, Heidelberg. S. 133-160.
- Janus L (2019) Psychohistorische und pränatalpsychologische Hintergründe der Spannungen zwischen den Geschlechtern. In: Moeslein-Teising I (Hg.) Geschlechterspannungen. Psychosozial, Gießen. S. 193-204.
- Janus L (2020a) Die Psychodynamik des Beginns der Geschichte des Individuums und der Geschichte der menschlichen Gesellschaften. In: Janus L, Kurth W, Reiss H, Egloff G (Hg.) Die weiblich-mütterlich Dimension und die kindheitliche Dimension im individuellen Leben und im Laufe der Menschheitsgeschichte. Mattes, Heidelberg.
- Janus L (2020b) Psychodynamik der projektiven Gefühlsregulation. In Janus L: Grundstrukturen menschlichen Seins: Unfertig - Werdend - Kreativ. Psychologische Ergänzungen zu Ontologie, Erkenntnistheorie und zur Philosophie des Parmenides. Mattes, Heidelberg. S. 93 - 212.
- Luhmann N (2003) Liebe als Passion. Suhrkamp, Frankfurt.
- Petschauer P (1989) The Education of Women in Eighteenth-Century Germany: New Directions from the German Female Perspective. Edwin Mellen Press, Lewinston, NY.
- Renggli F (2008) Ingmar Bergmann aus pränataler Sicht. In: Janus L, Evertz K (Hg.). Kunst als kulturelles Bewusstsein vorgeburtlicher und geburtlicher Erfahrungen. Heidelberg, Mattes. S. 29-46.
- Shorter E (1987) Der weibliche Körper als Schicksal. Piper, München.

**Adresse:**

Dr. med. Ludwig Janus

Facharzt für Psychotherapeutische Medizin, Pränatalpsychologie und Psychohistoriker

Jahnstr. 46, 69221 Dossenheim

Tel. 06221 80 16 50, Mobile 01774925447.

[www.Ludwig-Janus.de](http://www.Ludwig-Janus.de), [www.praenatalpsychologie.de](http://www.praenatalpsychologie.de)