

# PSYCHOLOGIE HEUTE

---


LEBEN

---

## Warum bin ich so, wie ich bin?

Ahnenforschung war früher ein Thema für den Adel oder für Pensionäre mit Zeitwohlstand. Inzwischen interessiert sich bereits jeder zweite Deutsche für seine Abstammung. Was hat man davon, wenn man seine Vorfahren und deren Geschichte kennt?

VON GERLINDE UNVERZAGT

 01. SEP 2016

Wie die Verwandtschaft eigentlich zusammenhängt, hat mich schon immer interessiert“, sagt die heute 72-jährige Renate Fischer, „besonders diese eine Sache, über die keiner offen reden wollte.“ Nur ein Raunen hinter vorgehaltener Hand um eine geheimnisvolle Geschichte gab es. Nach der Wende konnte die Ostberlinerin mit einer Tante im Westen sprechen, sie recherchierte Geburtsdaten, stöberte in Kirchenbüchern und wurde fündig: Die erste Frau ihres Großvaters war nach der Geburt des vierten Kindes gestorben. Nun war der Witwer allein mit vier Kindern, und so kam seine Nichte als Kindermädchen ins Haus. Mit 21 Jahren heiratete sie ihren Onkel und bekam selbst noch drei Kinder, das jüngste Kind war Renate Fischers Vater. „Das war also das schlimme Familiengeheimnis“, lacht die Berlinerin. „Ist doch schön, dass wir das jetzt mal wissen!“

Welche Geheimnisse gibt es in meiner Familie? Von wem stamme ich ab? Wer sind meine Vorfahren? Fragen wie diese treiben nach einer Umfrage des Allensbach-Instituts jeden zweiten Deutschen um. Vor allem an

Lebensübergängen erwacht bei vielen das Interesse an der eigenen Familiengeschichte: bei Adoptivkindern in der Pubertät, mit der Geburt eigener Kinder oder des ersten Enkels oder wenn nach dem Tod der Eltern der Nachlass gesichtet werden muss. Längst sind nicht mehr nur Rentner im Zeitwohlstand, sondern auch jüngere Menschen mit Feuereifer auf den Spuren ihrer Vorfahren oder des Ursprungs ihres Familiennamens unterwegs.

Die Ahnenforschung hat in den letzten Jahren einen gewaltigen Imagewandel erfahren. Ursprünglich ging die schriftliche Dokumentation der Vor- und Nachfahren vom Adel aus, um Herrschaftsansprüche zu legitimieren, und erfreute sich erst später im aufstrebenden Bürgertum größerer Beliebtheit. Zu Beginn des 20. Jahrhunderts war die Ahnenforschung in breiten Bevölkerungsschichten populär. In der Nazizeit wurde Familienforschung zur Bürgerpflicht. Die Nürnberger Rassegesetze erlegten Heiratswilligen auf, ihre arische Abstammung nachzuweisen. Wer es in der Partei zu etwas bringen wollte, musste mit Ahnenpass die Vorfahren bis in die vierte Generation belegen. Auch wegen der Verquickung mit der nationalsozialistischen Ideologie geriet die Genealogie, die damals noch Sippenforschung hieß, in Misskredit. Von diesem Missbrauch erholt sich die Ahnenforschung heute allmählich. Immerhin kann der Abstammungsnachweis der Großeltern vielen jüngeren Hobbyforschern das Leben sehr erleichtern, weil er eine erste Grundlage für eigene Recherchen bietet.

„Es begann damit, dass vor etwa zehn Jahren Ariernachweise meiner Eltern in Form von Familienbüchern aus den 1930er Jahren aufgetaucht sind“, berichtet Reiner Buschkowiak. „Vor vier Jahren starben meine Eltern, und ich fand im Nachlass Hinweise auf Verwandtschaft, die ich gar nicht kannte. Dank Internet sind diese Hinweise bald explodiert.“ Buschkowiak verfolgte akribisch die Spur der Namensträger. Nicht nur die Ahnenforschungsportale, sondern auch soziale Netzwerke im

Internet lieferten jede Menge Informationen. „Etwa 300 Namensträger gibt es, und 95 Prozent von ihnen habe ich inzwischen detektivisch recherchiert und zugeordnet“, sagt Buschkowiak stolz.

Der neue Aufschwung der Ahnenforschung hängt vor allem mit den unendlichen Möglichkeiten des Internets zusammen. Wer seinen Namen bei *FamilySearch*, *MyHeritage* oder *Ancestry* eingibt, stößt sofort auf Spuren, Verweise, Querverbindungen – ein niedrigschwelliges Angebot, das verlockend ist. Eine ganze Industrie hat sich längst rund um das Hobby entwickelt: Wappenforscher, Anbieter von Gentests, Namensforscher, Hersteller von Stammbaum-Software, Büros, die historische Handschriften übertragen, und natürlich professionelle Ahnenforscher, die sich im Verband deutschsprachiger Berufsgenealogen zusammengeschlossen haben. Die Vermarktung von Daten Verstorbener ist durchaus massentauglich – Vorfahren hat schließlich jeder.

Offenbar existiert eine neue Sehnsucht nach dem Wissen um die eigenen Ursprünge, die den Wunsch, seine private Geschichtsschreibung zu betreiben, so groß werden lässt. Was steckt dahinter, wenn man sich von der Spurensuche nach seinen Vorgängern derart bezaubern lässt? Was befeuert das neue Interesse am Alten?

Kanadische Familienforscher sehen in dem Wunsch nach Halt und Orientierung in einer Welt, die zunehmend auf Mobilität und Flexibilität setzt, einen wichtigen Beweggrund, in der Vergangenheit der Vorfahren zu recherchieren. Menschen wollen herausfinden, wo ihre Wurzeln liegen, und die Lebensgeschichte ihrer Vorfahren kennenlernen, von denen sie vielleicht nur die Namen kennen, und daraus Anregungen für die eigene Lebensgestaltung gewinnen. Der Mensch will nun mal wissen, woher er kommt, um zu erkennen, wer er ist.

Christoph Wulf, Professor für Anthropologie an der Freien Universität Berlin, sieht in dem Ahnenkult einen Versuch, mit Sterblichkeit umzugehen. „Es schenkt neue Kraft fürs Leben, wenn man sieht, dass

man in eine große Linie hineingeboren ist. Man will sich einordnen in die Reihe der Verwandten und gewinnt daraus ein Gefühl der Stabilität. Eine Gegenbewegung zu unserer von exzessivem Individualismus geprägten Gesellschaft, in der letzte Antworten schwierig geworden sind und allenfalls partiell gegeben werden.“

In anderen Kulturen ist die Einbeziehung der Ahnen in das gesellschaftliche und familiäre Leben weit verbreitet. Christoph Wulf hat in einer eigenen ethnografischen Studie mit dem Titel *Das Glück der Familie* untersucht, wie durch Rituale Emotionen des Zueinandergehörens und der familiären Gemeinschaft erzeugt werden, und verweist auf das Beispiel Japan. Kaum ein Familienfest werde dort gefeiert, ohne dass die Familie zuvor die Gräber der Ahnen besuche und ihnen Blumen bringe, Kerzen anzünde und Gebete spreche. Nicht so bei uns: Von Begräbnissen abgesehen gibt es kaum Rituale, die uns mit den Vorfahren verbinden. Das neue Interesse an den eigenen Wurzeln zeuge aber, so Wulf, von einer tiefen Sehnsucht danach. Früher sei man ganz selbstverständlich an seine Stelle in der Familiengeschichte hineingeboren worden – als Sohn oder Tochter vom Lehrer X oder der Bäuerin Y –, „heute aber muss jeder seine Biografie selbst finden“, erklärt Wulf. Bei den lebenslänglichen Arbeiten an der eigenen Identität ist die Ahnenforschung offenbar ein wichtiger Baustein, weil sie ein neues Verhältnis zum eigenen Leben schafft.

## **Familien haben eine Familienseele**

Im Zuge der Beschäftigung mit den Vorfahren dringt nun auch mehr und mehr ins allgemeine Bewusstsein, was in der Familientherapie längst bekannt ist: dass Erfahrungen, Einstellungen und Emotionen in einer Familie oft über Generationen hinweg weitergegeben werden. Schon das Wort „Stammbaum“ legt nahe, dass in der Pflege der Wurzeln eine gewisse Naturnotwendigkeit liegt. „So wie ein Baum darben wird, wenn man ihm die Wurzeln abgräbt, so fügt auch die Entfremdung von der genetischen Spur der vorangegangenen Generationen dem einzelnen

Menschen etwas zu“, erklärt der Psychiater und Psychotherapeut Peter Teuschel. Er hält die „Entfremdung von den Familienthemen“ für ein „Defizitgeschäft“ und fragt sich, welchen langfristigen Einfluss die Entwurzelung auf das soziale Miteinander der Menschen haben kann: Was bedeutet das für unsere Kinder, wenn wir immer weniger Ahnenbewusstheit haben? Ist es nichtvermessen, sein Kind zu einem freien Menschen erziehen zu wollen und dabei die Gebundenheit an die Ahnen zu vernachlässigen? In seinem Buch *Der Ahnen-Faktor* widmet er sich den großen Familienthemen wie Erwartungen, Tabus, Geheimnissen und Legenden und untersucht, wie Scham und seelischer Schmerz an die Nachkommen weitergegeben werden.

Ohne ganz genau sagen zu können, wie der transgenerationale Transport von Erfahrungen und Emotionen vor sich geht – den Einfluss auch uns nicht bekannter und unbewusster Lebensinhalte unserer Vorfahren auf unser Leben sollten wir als gegeben hinnehmen, meint Peter Teuschel. Im „Ahnen-Faktor“ wirke eine Kraft, die über die Eltern-Kind-Beziehung hinausgehe, schreibt er mit Blick auf seine Erfahrungen mit Patienten: „Wir erkennen 1:1 Reinszenierungen von Themen, die in der Familie vor Generationen eine Rolle gespielt haben, und wir sehen nichtbewältigte, quasi abgekapselte Belastungen aus der Vergangenheit, die getarnt und in neuer Form in der Gegenwart auftauchen.“

Die Weitergabe traumatischer Erfahrungen an nachfolgende Generationen wird heute kaum noch bestritten – auch dank der Hinwendung zu Themen der Nachkriegsgeneration und der Erkenntnis, dass Nachkommen von Holocaust-Überlebenden Symptome aufwiesen, die sich nicht durch eigenes Erleben, sondern durch die Reinszenierung der grauenhaften Erlebnisse ihrer Vorfahren erklären lassen.

„Wir können Hinweise aus der Ahnenforschung wie auch aus der Zeitgeschichte gut für den Blick auf unser emotionales Erbe gebrauchen“, so Teuschel. „Bewusste oder unbewusste Überzeugungen prägen nicht

selten das Familienleben über Generationen hinweg. Unsere Vorfahren leben über ihre wichtigen Themen in uns weiter. Familien haben eine Familienseele, so etwas wie eine Clan-Variante des kollektiven Unbewussten.“

Schon die Fakten aus den Tauf-, Heirats- und Sterbematrikeln der Kirchen oder Standesamtsregister sind aufschlussreich: Wo haben meine Vorfahren gelebt, was waren sie von Beruf, wie viele Kinder wurden geboren, oder gibt es sogar Verwandte in einer Seitenlinie, von denen ich bisher nichts wusste? So erfahren wir mehr darüber, wer die Menschen waren, von denen wir abstammen. „Aber wir öffnen uns auch innerlich, wir fühlen uns verbundener mit unseren Vorfahren, nehmen Anteil an ihrem Leben und erkennen vielleicht schon das eine oder andere Thema, das uns selbst beschäftigt. Wir sehen uns stärker in der Tradition unserer Familie, wie auch immer unsere Einstellung dieser gegenüber ist“, erklärt Teuschel.

Die Frage sei in allen Fällen, welche Position zu den transgenerational vermittelten Erfahrungen seiner Vorfahren man einnehmen wolle.

Teuschel nennt ein Beispiel: „Ist Schweigen das familiäre Prinzip, so stehe ich vor der Entscheidung, mich in die Reihe der Schweigenden einzureihen oder vielleicht als Erster in dieser Familie Dinge anzusprechen, um sie aus der Verborgenheit des seelischen Kellers ins Tageslicht der gemeinsamen Betrachtung zu holen. Soll ich das Familiengeheimnis wahren oder es verraten? Nehme ich beschämende Verhaltensweisen in der Ahnenreihe zum Anlass, mich in stellvertretender Demut zu üben, oder setze ich mir die Aufgabe, Scham- und Schuldgefühle abzulegen?“

Die oft über Generationen weitergegebene Art und Weise, wie beispielsweise Nähe und Distanz in den familiären Beziehungen gelebt werden, wird einem oft unbewusst zur zweiten Natur. Erst das Bewusstwerden, dass überhaupt ein „Ahnen-Faktor“ als prägendes

Element mit im Spiel ist, kann helfen, sich mit diesem zu identifizieren oder sich von ihm loszusagen. Wenn wir erkennen, dass bestimmte Themen nicht nur im Querschnitt eines individuellen Lebens bedeutsam sind, sondern auch im Längsschnitt über Generationen hinweg zum Tragen kommen, gibt uns das die Freiheit, eine Position dazu zu entwickeln – sei es Annahme oder Ablehnung. So beschreibt Teuschel den Auftrag, der mit der Auseinandersetzung mit den Ahnen in unser Leben tritt. Vielleicht geht es darum, eine Tradition fortzusetzen, oder darum, sie zu durchbrechen, vor allem wenn es sich um lebensfeindliche, selbstschädigende Traditionen handelt. „Einen Schmerz, der mich runterzieht und der nicht mein eigener ist, kann ich eher ablegen, wenn ich ihn einem Ereignis meiner Ahnenlinie zuordnen kann. Unbewusst in der Familie verankerte Erwartungen darf ich hinterfragen und auf ihre Gegenwartstauglichkeit überprüfen. Empfinde ich sie als für mich ungeeignet, kann ich sie zurückweisen.“

## **Wir sind weniger frei, als wir glauben**

Komplexe, unbewusste Bindungen an die verschiedenen Generationen unserer Familie beeinflussen uns, bestätigt auch Anne Ancelin Schützenberger. „Wir sind weniger frei, als wir glauben“, schreibt die 1919 geborene emeritierte Professorin für Psychologie an der Universität Nizza und Mitbegründerin der *International Association for Group Psychotherapy* in ihrem Buch *Oh, meine Ahnen! Wie das Leben unserer Vorfahren in uns wiederkehrt*. „Sie und ich, wir leben als Gefangene in einem unsichtbaren Spinnennetz, einem Netz, das wir zugleich selbst weben. Wenn wir unsere Wahrnehmung erweitern könnten ..., dann könnten wir die Wiederholungen und die bedeutungsvollen Zufälle in unserer Familiengeschichte erfassen und besser verstehen.“

Die einfachste Methode, um die Wahrnehmung zu erweitern, sei, einen Familienstammbaum zu erstellen, bestätigt die Psychotherapeutin alle Ahnenforscher. Dieser sollte aber durch „wichtige Fakten und bedeutungsvolle Verbindungen“ ergänzt werden.

Schützenberger beschreibt in ihrem Buch die Methode des Genogramms, mit dessen Hilfe generationenübergreifende Bindungen, Verflechtungen und bedeutsame Ereignisse in der Familie ihrer Patienten sichtbar gemacht werden. So wird in den Genogrammen nicht nur die Verbindung zweier Menschen protokolliert, sondern auch die Qualität der Beziehung. Symbole stehen für Ereignisse wie Unfall, Krieg, Gewalt. Auch zeitgeschichtliche Bezüge werden in die Darstellung aufgenommen. Schützenberger beschreibt, wie das Assoziieren mit zeitgeschichtlichen Inhalten vergessene geglaubte Erinnerungen wecken und mitunter eine „unbewusste Familienloyalität“ enthüllen kann, die dazu führt, dass sich Ereignisse aus der Ahnenlinie wiederholen.

Eine Auseinandersetzung mit den Ahnen ist immer auch eine Begegnung mit dem eigenen Ich. Wer bin ich? Woher komme ich? Warum bin ich so? Menschen fühlen sich entlastet, wenn sie erkennen, dass sich bestimmte Muster in den Generationen wiederholen und sie „Fehlentwicklungen“ erklären können. Emotionales Erbe kann wie eine Bürde auf den Schultern liegen oder auch Trost spenden. Die Schicksale der Vorfahren bieten Identifikationsmöglichkeiten und werten die eigene Person auf. Manchmal lässt sich mithilfe eines passenden Vorfahren sogar eine Neigung rechtfertigen, die eigentlich gar keine Rechtfertigung braucht. „Schon immer liebe ich alles, was an der Ostsee liegt“, erzählt die Berliner Hobbyforscherin Nicole Schliemann. Immer wieder habe sie sich gefragt: „Warum ticke ich so?“ – und hat dann die Antwort in ihrer Ahnenreihe gefunden: „Da gibt es einen Großvater, der im Seebad Cranz gelebt hat, in der Nähe von Königsberg. Vielleicht wurde mir von da die Liebe zum Meer mitgegeben?“

## Literatur

- Peter Teuschel: Der Ahnen-Faktor. Das emotionale Familienerbe als Auftrag und Chance. Schattauer, Stuttgart 2015



- Anne Ancelin Schützenberger: Oh, meine Ahnen! Wie das Leben unserer Vorfahren in uns wiederkehrt. Carl-Auer, Heidelberg 2012
- Christoph Wulf: Das Glück der Familie. Ethnographische Studien in Deutschland und Japan. VS-Verlag, Wiesbaden 2011

**Den kompletten Artikel können Sie bei uns kaufen oder freischalten.**

---