Familientherapie-Kurs I 2010 vom 23.08.2010

Thema: Eifersucht

Dr. med. U. Davatz

I. Einleitung

„Eifersucht ist eine Leidenschaft, mit Eifer sucht, was Leiden schafft"

Frage: Wie kommt es dazu?

II. Eifersucht unter Geschwistern

- Eltern gehen meistens von der Annahme aus, das ältere Geschwister werde eifersüchtig auf das jüngere, wenn dieses als Neugeborenes vermehrt Zuwendung erhält.
- Somit geht man vom Prinzip aus, dass Eifersucht immer dann aufkommt, wenn Mangel an Fürsorge herrscht, ein Mensch das Gefühl hat zu kurz zu kommen.
- Reicht die Fürsorge für alle Geschwister, braucht es keine Eifersucht.
- Die Eifersucht sucht also nicht Leiden, sondern versucht vielmehr Bedürfnisse zu befriedigen in Mangelsituationen, ist also ein verstecktes Kompetitions- oder Dominanzverhalten.

III. Eifersucht bei Erwachsenen

- Die Eifersucht aus Angst vor Liebesverlust bzw. Partnerverlust ist eine der häufigsten Eifersüchte. Je unsicherer ein Mensch in der Partnerschaft ist, je abhängiger er sich vom Partner fühlt, umso schneller wird er eifersüchtig.
- Eifersucht, Neid auf den Besitz von Eigenschaften, Fähigkeiten, Aussehen eines andern Menschen aus dem Gefühl heraus selbst zu kurz gekommen zu sein.

https://adhs.expert

- Häufig wird diese Eifersucht aber nicht eingestanden, sondern vielmehr projiziert auf das Umfeld bzw. auf die betreffende Person, die mehr zu haben scheint in Form von negativen Attributen.
- Man dichtet der Person auf die man eifersüchtig ist Negatives an und fühlt sich dadurch wieder überlegen und somit besser.
- Dies kann bis zu Wahnvorstellungen gehen in dem Sinne, dass sich ein Mensch verfolgt fühlt von derjenigen Person, auf die er eifersüchtig ist (Beispiel R.E., P.B.).

IV. Die tiefliegendere systemische Ursache der Eifersucht im Menschen

- Im Grunde genommen liegt die tiefere Ursache der Eifersucht eines Menschen immer in seinem Familiensystem, das ihm gegenüber ungerecht war, ihn zu kurz kommen liess, seiner kindlichen Bedürfnisse nicht ganz gerecht werden konnte, bzw. die betreffende Person als Kind sogar noch für sich selbst verwendet, d.h. im Dienste der Familie funktionalisiert hat.
- Solche Kinder empfinden tief in sich als Erwachsene eine Anspruchsberechtigung auf eine Wiedergutmachung ihrer zu Unrecht erfahrenen Defizite.
- Aus diesem Grunde muss bei den Eifersuchtsgefühlen immer nach einer solchen defizitären Struktur im Familiensystem gesucht werden, die sich manchmal schon über Generationen hinweg erstreckt hat.
- Je mehr dieses Defizit oder dieser funktionelle Missbrauch aus der Kindheit aufgedeckt werden kann, und die Bedürfnisse bewusst gemacht werden können, umso eher verschwindet das Gefühl der Eifersucht.
- Eifersucht wird jedoch niemals gelöst über Macht und Kontrollsucht des Gegenübers bzw. des Partners.
- Eifersucht muss immer intrapsychisch gelöst werden. Das psychische Gleichgewicht kann nur über die eigene Erkenntnis und die Bewusstwerdung der eigenen Bedürfnisse wieder hergestellt werden, aber niemals über die soziale Kontrolle des andern.
- Eifersucht gehört zu den kleinen Gefühlen, die sich gross aufzubauschen versuchen, packt man sie nicht bei der Wurzel, d.h. ihrer Ursache im Familiensystem in der Kindheit an.

https://adhs.expert

- Die Eifersucht versucht somit tatsächlich das psychische Gleichgewicht eifrig über die Kontrolle des Umfeldes wieder herzustellen, eine Methode, die nicht funktioniert, auch wenn sie noch so eifrig praktiziert wird.
- Auch die Eifersucht der Geschwister ist immer von den Eltern verursacht. Geschwister rivalisieren offen untereinander um ihren Platz zu finden, sie sind nicht eifersüchtig.
- Die Eifersucht unter Geschwistern entsteht immer nur dadurch indem die Eltern sich in diesen Rivalitätskonflikt einmischen, eines der Kinder für sich zu verwenden und dadurch Ungleichgewicht schaffen.

Da/rh

https://adhs.expert