

Unser Schwiegersohn ist emotional sehr sprunghaft

05.04.2012 - Kategorie: Beiträge - Ratgeber NLZ

Clemens M. Breitschaft, Psychotherapeut

Erschienen in den NLZ und seinen Regionalausgaben

Frage

Unser Schwiegersohn kann sehr angenehm sein. Doch plötzlich, wie aus heiterem Himmel, kann er sehr ausfällig werden. Er ist zudem sehr misstrauisch und eifersüchtig. Er kann gegenüber allen Leuten sehr respektlos sein. Ist er schizophran? Unsere Tochter liebt ihn, hat aber mit seinem Verhalten zunehmend Mühe. Er hatte eine nicht immer leichte Kindheit. Wir versuchen mit ihm ein gutes Verhältnis aufzubauen, was oft nicht leicht ist. Wie sollen wir uns verhalten?

Antwort

Sie schreiben von plötzlichen Verhaltensveränderungen Ihres Schwiegersohnes, die sich durch einen abrupten Wechsel von einem sozial angenehmen hin zu einem misstrauischen, stark eifersüchtigen und kontrollierenden Verhalten ausdrücken. Die genannte Respektlosigkeit Ihres Schwiegersohns kann mit der starken Eifersucht zusammenhängen, was häufig für alle Beteiligten sehr belastend ist.

Die Respektlosigkeit kann psychisch aber auch andere Gründe haben, die ich nur aufgrund Ihrer Angaben nicht seriös beurteilen kann: Jede Diagnose benötigt eine genaue Untersuchung. Es ist daher ohne direkten fachlichen Kontakt nicht erkennbar, ob und wie Ihr Schwiegersohn psychisch erkrankt ist – ein stark negativ auffälliges Verhalten muss per se nicht gleich krankhaft sein.

Vorwürfe erhöhen Spannungen

Unserem Gegenüber etwa jenes vorzuwerfen, was wir als respektlos wahrnehmen, ist nicht hilfreich, sondern schafft häufig bloss noch mehr Spannungen: Es geht vielmehr erst mal darum, ein Verhalten, das wir nicht verstehen, nachzuvollziehen. Ihre Sorge um Ihren Schwiegersohn und Ihre Tochter scheint mir sehr wichtig. Erstens leiden Sie als Schwiegereltern, Ihre Tochter und vielleicht auch Ihr Schwiegersohn selbst – und vielleicht auch Ihr Enkelkind? Daher ist es wohl angebracht, gemeinsam pragmatisch nach emotionalen Regulationsmöglichkeiten zu suchen.

Haben Sie Ihren Schwiegersohn auf sein Verhalten angesprochen? Wie reagiert(e) er darauf? Sieht er auch, dass er sich manchmal ungehalten, misstrauisch und abwertend verhält? Falls ja, kann er lernen, Strategien zu entwickeln, um nicht mehr derart impulsiv handeln zu müssen. Für ihn, aber auch für Sie und Ihre Tochter könnte es vielleicht hilfreich sein, eine Fachperson aufzusuchen und sich beraten zu lassen: Angehörigenberatung kann lehr- und hilfreich und vor allem auch Ruhe bringend sein.

Traumatisierende Erfahrungen

Offenbar gab es in der Familiengeschichte Ihres Schwiegersohns schwere psychische Krankheiten. Denkbar ist, dass Ihr Schwiegersohn traumatisierende Erfahrungen als Kind erlebt hat, wie den Suizid eines Verwandten. Mit zu wenig emotional verlässlicher Beziehungserfahrung kann eine starke Furcht entwickelt werden, jemand Geliebtes zu verlieren. Das kann zu starker Anhänglichkeit führen oder kann – im Gegenteil – in Versuche münden, aggressiv den befürchteten Beziehungsverlust vorwegzunehmen.

Was auch immer dahintersteht: Es ist wichtig, mit dem Schwiegersohn emotional stabile und verlässliche Beziehungen auf der Basis von Zuneigung und Verständnis zu pflegen, um dann auf dieser vertrauensvollen Ebene die eigenen Beobachtungen und Befürchtungen gut einbringen zu können. Ich habe den Eindruck, das machen Sie alle bereits schon bestens. Gut ist auch, möglichst viel Ruhe in solche unangenehmen Situationen zu bringen, denn Stress hat oft eine stark symptomauslösende Funktion. Dazu gilt die wichtige Faustregel der philosophischen Lebenskunst: Die Sorge um den anderen beginnt immer bei der Selbstsorge!