

Wenn sich die Haut wehrt

von Mag. Ruth Mätzler

Dass die Haut nicht nur ein Spiegel der Seele ist, erfährt jeder, der schon einmal an der Kasse einer Parfümerie mit kritischem Auge betrachtet worden ist. Entspricht die Außenansicht noch den Anforderungen ewiger Jugend und makelloser Reinheit? Oder wird man bereits mit Antifaltencreme, Cellulitis - Lotionen oder gnädig kaschierendem Make-up in praktischer Probedosierung auf seine vermeintlichen Mängel zurückgeworfen? Die Haut ist also nicht einfach nur „da“, sondern sie ist bestimmten gesellschaftlichen Vorstellungen unterworfen, die sich ständig wandeln und unter deren Diktat wir zuweilen leiden, wenn wir glauben, ihnen nicht entsprechen zu können. Wohl zu keiner Zeit war es in unserem Kulturkreis so wichtig, der Welt mit einer glatten, rosigen Oberfläche entgegenzutreten. Der immer größer werdende Zugriff auf die Lifestyle-Chirurgie zeugt ebenfalls von diesem täglich zu beobachtenden Anpassungsdruck an das Ideal der schönen Hülle. Gleichzeitig nehmen jedoch Allergien und Hauterkrankungen immer mehr zu – fast so, als ob sich die überforderte Haut mit einem kräftigen Schlag gegen das Diktat der Perfektion wehren wollte. „Ausschlag“, nennt man ja bekanntlich die vielfältigen Rötungen und Erhebungen, die gerade das Gesicht mitunter in ein Ausrufungszeichen des Protests oder des Kummers verwandeln. Haut und Seele hängen in der Tat zusammen, aber nicht nur im Sinne eines Reflexes auf die Umgebung, sondern vor allem als wesentliches Moment für die psychische Entwicklung eines jeden Menschen.

Der französische Psychoanalytiker Didier Anzieu geht davon aus, dass die frühesten Hautempfindungen des Säuglings (Körperpflege, Berührungen und Hautkontakt mit der Mutter) die Schaffung eines ersten psychischen Raumes ermöglichen, also der Vorstellung davon, was „ich“ ist. Die Haut wird als Oberfläche wahrgenommen, die Innen und Außen voneinander trennt und mit der sich das Kind buchstäblich die Welt einverleibt, noch bevor es seine Umgebung mit dem Mund oder mit den Händen untersuchen wird. Gleichzeitig erwirbt es die Fähigkeit und das notwendige Vertrauen in die allmähliche Beherrschung der Körperöffnungen und gelangt so zu einem sicheren Gefühl für die Integrität seiner Körperhülle. Wer einmal beobachtet hat, wie sich ein kleines Kind abmüht, um mit dem Löffel endlich die richtige Gesichtsoffnung zu treffen, weiß, was hier für eine anstrengende Arbeit getan werden muss. Es geht dabei nicht nur um den Erwerb motorischer Fertigkeiten, sondern auch um die große psychische Leistung, ein Gefühl für Autonomie und den Austausch mit der Welt entwickeln zu können – also der Entwicklung von „Selbst“ - Bewusstsein im ganz konkreten Sinne. „Das Ich ist vor allem ein Körperliches“, stellte schon Freud fest. Die Haut fungiert dabei als eine

Art „Tasche“, die in ihrem Inneren alles enthält und festhält, was aufgrund einer wohlwollend „berührenden“ Umgebung entwicklungsfördernd war. Sie ist sowohl eine Grenzfläche, die vor eindringenden Außenreizen schützt, als auch reizaufnehmende Oberfläche und Werkzeug der Kommunikation mit der Umgebung. Wir erröten, wenn wir frisch verliebt auf das begehrte Gegenüber treffen oder erblassen vor Schreck, wenn uns etwas Unangenehmes widerfährt. Eindrücke gelangen durch diese „Kontaktschranke“ (Freud) von außen ins Innere, und im Inneren erzeugte Gefühle gelangen durch die Haut nach außen. Wenn das Baby noch sehr klein ist und sich im engen Kontakt mit der Mutter befindet, die es wickelt, füttert, wiegt und pflegt, ist das Bewusstsein für eine eigene Haut noch nicht ausgeprägt. Vielmehr fühlt es sich mit der Mutter in einer unzertrennlichen Einheit, einer „gemeinsamen Haut“, aufgehoben. Die Fähigkeit zur Differenzierung zwischen ihm und der Welt muss sich erst langsam entwickeln. Je nachdem, wie achtsam die Pflegeperson mit dem Kind und seinen Bedürfnissen umgeht, kann dieser Prozess glücklich oder krankmachend verlaufen. Ein Kind, das beispielsweise durch übertriebene Körperpflege ständig überstimuliert wird kann nicht lernen, „sich seiner Haut zu wehren“. Die Haut wird zur Quelle ständiger rätselhafter Erregung und konfusem Leiden. Früher oder später wird sie vielleicht durch einen hartnäckigen Ausschlag signalisieren „Rühr mich nicht an!“. Ein Mensch hingegen, der in seiner frühen Kindheit zu wenig berührt worden ist, wird sich vielleicht später selber ständig Verletzungen der Haut zufügen, um seine Körpergrenzen ganz konkret spüren zu können. Vielleicht wird sich die vernachlässigte Körperhülle auch durch ständigen Juckreiz bemerkbar machen, der dazu führt, dass sie permanent durch Kratzen und Reiben von ihrem Besitzer selber stimuliert werden muss.

So, wie sich psychische Fehlentwicklungen in Form von körperlichen Symptomen, wie immunologische Reaktionen, Krankheitsschübe bei chronischen Hauterkrankungen, Ausschläge etc. niederschlagen können, so kann umgekehrt die Hauterkrankung selber wieder zur seelischen Belastung und zum Auslöser für Depressionen, Selbstkel oder der Verminderung des Selbstwertgefühls werden. Die moderne Dermatologie hält zwar inzwischen segensreiche Heilmittel bereit und sollte immer am Anfang jeder Maßnahme stehen, darüber hinaus bietet jedoch eine psychotherapeutische Behandlung die Möglichkeit, auch die unbewussten Auslöser für die immer mehr um sich greifenden und die Patienten mitunter sehr belastenden Hautreaktionen abzuklären und die Folgen im therapeutischen Dialog gemeinsam zu bewältigen. Dass hierbei auch gesellschaftliche Zuschreibungen, wie der oben erwähnte Jugend- und Schönheitskult mit seinem Ideal der uniformen Makellosigkeit hinterfragt werden müssen, liegt auf der Hand – bzw. „auf der Haut“.

In meiner psychotherapeutischen Praxis mache ich täglich die Erfahrung, dass die Patienten nicht selten mit ihrem Magen, ihrer Blase oder ihrem Herzen „sprechen“, wenn für die seelischen Nöte keine Worte zur Verfügung stehen. Der Haut fällt jedoch eine ganz besondere Stellung zu, was schon unsere Alltagssprache deutlich auf den Punkt bringt. Ein Mensch, der unglücklich ist, fühlt sich „in seiner Haut“ nicht mehr wohl. Etwas geht ihm „unter die Haut“ und häufig kann er aus derselben auch „nur schwer heraus“. Zudem liegt unsere äußere Hülle, im Gegensatz zu den inneren Organen, für alle sichtbar offen.

Für die von Hautkrankheiten betroffenen Patienten ist dies ein besonders belastender Umstand, auf den jetzt in Salzburg durch die Bildung eines Qualitätszirkels „Haut und Psyche“ reagiert worden ist. Er besteht aus einem Zusammenschluss von Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten, die – unter der Schirmherrschaft der Gesellschaft für Psychosomatik - im regelmäßigem Austausch mit Dermatologen stehen und sich besonders auf die psychosomatischen Aspekte von Hautkrankheiten spezialisiert haben.

Mag. Ruth Mätzler
Auerspergstr.23
5020 Salzburg
Tel: +49-(0)662-871102
Mobil: +49-(0)69911402669
www.ruth-maetzler.at

Ausgewählte Literatur zum Thema „Haut und Psyche“

Bücher:

Anzieu, Didier (1985): Das Haut-Ich. Frankfurt/M. 1991.

Benthien, Claudia (1999): Haut. Literaturgeschichte - Körperbilder - Grenzdiskurse. Reinbek b. Hamburg.

Detig-Kohler, Christina (2002): Hautnah. Im psychoanalytischen Dialog mit Hautkranken. Gießen.

Gieler, Uwe: Die Sprache der Haut. Das Wechselspiel von Körper und Seele. Walter Verlag 2005.

Gieler, Uwe; Bosse, Klaus A. (Hg.): Seelische Faktoren bei Hautkrankheiten. Huber Verlag 1996.

Gschnait, Fritz; Exel, Wolfgang: Haut und Seele. Schönheit und Wohlbefinden durch inneres Gleichgewicht. Wien 2002. Ueberreuter Verlag.

Levy, Alfred: Haut und Seele. Auf dem Weg zu einer psychosomatischen Dermatologie. Königsh./Neum., Würzburg 1999.

Montagu, Ashley: Körperkontakt. Die Bedeutung der Haut für die Entwicklung des Menschen. Klett-Cotta 2004.

psychoanalytische Fachartikel:

- Bick, Esther (1968): Das Hauterleben in frühen Objektbeziehungen. In: Spillius, Elizabeth Bott (Hg.) (1990): Melanie Klein Heute. Band 1. Stuttgart 1995: 236-240.
- Eichinger, H.J. (2000): Zur Spezifitätshypothese: Über die Behandlung eines Neurodermitis-Kranken. In: Psyche, 54.Jg., 6, 496-520.
- Gadini, Eugenio (1998): Frühe Abwehrphantasien und der psychoanalytische Prozeß. In: "Das Ich ist vor allem ein körperliches". Beiträge zur Psychoanalyse der ersten Strukturen. Tübingen: 216-232.
- Kelleter, Renate (1990): Haut und Primärbeziehung. In: Zeitschr. f. psychoanal. Theorie und Praxis, V, 2-1990: 122-144.
- Klöß-Rotmann, Lisbeth (1992): Haut und Selbst. Ein analytischer Beitrag zur Funktion des atopischen Ekzems im Behandlungsprozeß. In: Jahrbuch für Psychoanalyse 32: 29-63.
- Klöß-Rotmann, Lisbeth (2002): Adhäsive Identifizierung und psychische Veränderung. In: Jahrbuch für Psychoanalyse 45: 11-45.
- Marty, Pierre (1958): Die 'allergische Objektbeziehung'. In: Brede, K. (Hg.): Einführung in die psychosomatische Medizin. Frankfurt a. M. 1974, 420-445.
- Marty, Pierre (1969): Klinische Bemerkungen und Hypothesen zur Ökonomie der Allergie. In: Brede, K. (Hg.): Einführung in die psychosomatische Medizin. Frankfurt a. M. 1974, 446-455.
- Pines, Dinora (1980): Skin communication: early skin disorders and their effect on transference and countertransference. Int. J. Psycho-Anal., 61, 315-323.
- Pines, Dinora (1983): Das frühe Trauma in Übertragung und Gegenübertragung. In: Jahrbuch der Psychoanalyse 15, 119-144.
- Stahle, Angelika (1996): Zur Differenzierung zwischen 'Innen' und 'Außen', dargestellt am Beispiel der analytischen Behandlung einer Patientin mit Neurodermitis. In: Zeitschr. f. analyt. Kinder- u. Jugendpsychotherapie, Jg. 4, 92, 399-432.
- Stahle, Angelika (1997): "Erste und zweite Haut" - Einige Überlegungen zur Analyse einer Patientin mit "Zweithautbildungen" und adhäsiver Identifizierung. In: Zeitschr. f. psychoanal. Theorie und Praxis, XII, 4-1997: 347-377.
- Stephanos, S. (1983): Zur Problematik des omnipotenten Objekts - eine psychoanalytische Studie über Psoriasis. In: Jahrbuch der Psychoanalyse 15, 145-168.