

Evangelische Hochschule Nürnberg

Studiengang Soziale Arbeit

# BACHELORARBEIT

zur Erlangung des akademischen Grades

Bachelor of Arts (B.A.)

„ICH HABE ANGST VOR DEM HAUS. ICH HÖRE GERÄUSCHE UND  
SCHRITTE. ICH STELLE MIR VOR, DASS FREMDE IN MEINEM  
GEIST SPAZIEREN GEHEN. ICH HABE VOR ALLEM AUCH ANGST  
VOR MIR SELBST.“ (GEORGE CUKOR 1944, 57:43 - 57:55):  
GASLIGHTING ALS FORM EMOTIONALER GEWALT UND DIE  
MÖGLICHKEITEN SOZIALPÄDAGOGISCHER  
RESILIENZFÖRDERUNG

ERSTGUTACHTERIN: FRAU MORITZEN

ZWEITGUTACHTER: PROF. DR. BAYER

DATUM DER ABGABE: 17. MÄRZ 2021

ELENA HEINISCH

20469947

## Inhalt

Einleitung:.....	1
Theoretische Grundlagen: .....	4
Emotionale und psychische Gewalt beziehungsweise Missbrauch:.....	4
Gaslighting: Vom Film in die Psychologie .....	4
Anfängliche Definitionen:.....	4
Anzeichen von Gaslighting in einer Beziehung:.....	9
DARVO und Minimisierung:.....	11
Gaslighting und Konfabulation:.....	12
Der Double Whammy: .....	14
Gaslighting im therapeutischen Kontext und ‚Covert Control‘: .....	15
Projektive Identifikation: .....	17
Conditional Apology: .....	17
Love Bombing: .....	18
Opfer von Gaslighting: .....	19
Folgen von Gaslighting: .....	19
Psychische Folgen: .....	19
Physische Folgen:.....	20
Soziale Folgen: .....	21
Anatomie einer Szene: Gaslight (1944) .....	21
Von der Theorie in die Praxis – Resilienz:.....	27
Resilienz: .....	28
Resilienz Ursachen: .....	30
Ressourcen:.....	31
Resilienztraits:.....	31
Die Psychologie der Lebensspanne: .....	32
Entwicklungseinflüsse: .....	33
Risiken und deren Schutzfaktoren:.....	34
Gewalterfahrungen im Erwachsenenalter:.....	35
Resilienzförderung in der Sozialen Arbeit: .....	36
Die fünf Bausteine der Resilienz:.....	37
Resilienzförderung im Fall ‚Paula‘: .....	39
Schluss: .....	42
Literaturverzeichnis.....	44
Anhang: .....	48
Anhang 1: Selbstständigkeitserklärung.....	48

Anhang 2: Das Rad zur Macht & Kontrolle .....	49
Anhang 3: Übersetzungen der englischsprachigen Zitate.....	50
Anhang 4: Szenen aus dem Skript des Films „Gaslight“ von 1944 .....	51

## Einleitung:

Die schönsten als auch die traurigsten Geschichten haben die Gewohnheit, mit einem verträumten Sonnenuntergang zu beginnen. Tragödien sind selten vorausschaubar. Diese beginnt in den frühen Morgenstunden eines vernebelten Tages in Italien. Ein junger Mann im Morgenmantel beobachtet den Sonnenaufgang auf seinem Balkon und genießt den verträumten Ausblick. Es hat etwas Idyllisches, so sehr, dass er seine immer noch schlafende Braut zärtlich weckt, um ihr den Morgen zu zeigen. Das Lächeln, das die junge Frau auf ihr Gesicht zaubert, während sie der Aufforderung ihres Ehemanns folgt, ist glücklich und dennoch ängstlich. Es erweckt den Eindruck, als stecke etwas mehr dahinter. Womöglich ist es der Nebel oder die Tatsache, dass die Szene komplett in schwarz und weiß ist, aber irgendetwas Unausgesprochenes schwebt spürbar über dem Liebesglück.

Trotz der Aufopferung, mit der der Ehegatte seiner fröstelnden Frau eine Decke über die Schultern legt, trotz des romantischen Dialogs über den Traum der gemeinsamen Zukunft, der Komplimente, der innigen Berührungen. Vielleicht liegt es daran, dass der Ehemann, Gregory, seiner Frau immer einen Schritt voraus ist, sich über sie beugt, als würde er sie züchtigen wollen, um ihr dann doch nur die Wange zu streicheln. Sie sitzen zusammen auf den Treppen des Anwesens und doch ist Gregory einen Kopf über ihr.

Der Schein verändert sich leicht, als Gregory seiner Liebsten mit einem schüchternen Blick gesteht, schon immer nach London ziehen zu wollen. Das schwache Lächeln der Frau, Paula, verschwindet so abrupt und so schnell, als hätte sie einen Geist gesehen. Während Gregory laut darüber phantasiert, wie es wäre, in einem dieser stillen Wohnungen in einem Londoner Square ihr gemeinsames Leben zu beginnen, wirkt Paula immer kranker. Ihr Gesichtsausdruck wirkt wie von einer Erinnerung heimgesucht. Sie hat sich von ihrem Ehemann weggedreht und so ist nur das Publikum eingeweiht in ihre Emotionen.

Als ihr Mann sie endlich bemerkt, sind ihre aufgewühlten Gefühle wieder gefasst. Still und leise erklärt sie ihm von eben einer dieser Häuser, das nun seit vielen Jahren leer steht und ihr gehört: Thornton Square Nummer 9, das Haus ihrer Tante, Alice Alquist, berühmte Sängerin und Schauspielerin, die unter tragischen und mysteriösen Umständen verstarb. Unruhig erzählt Paula von einer Zeit, in der sie von ihrer Tante großgezogen und wie eine Tochter geliebt wurde. Ihre Stirn runzelt sich leicht, als sie

zugibt, nie wieder zurückgekehrt zu sein. Der Grund ihrer Abwesenheit wird dem Zuschauer bald klar: Alice Alquist wurde von einem Unbekannten in ihrer eigenen Wohnung erdrosselt.

„Oh, dieses Haus taucht manchmal in meinen Träumen auf, ein Haus des Grauens,“ gesteht sie. (George Cukor 1944, 14:55-14:59) Es ist in eben diesem Haus, in dem die Beiden ihr Leben beginnen könnten. Trotz der anfänglichen Angst erklärt Paula sich selbst für furchtlos. Für ihren Ehemann, für ihre Liebe, wäre sie bereit, dem Haus des Schreckens ins Auge zu sehen. Es ist eine rührende Geste, die Dankbarkeit ihres Mannes scheint jedoch hohl, gespielt und durchdacht. Obwohl er das Thema angezettelt hat, besteht er darauf, dass er das niemals von ihr verlangen könne. Es spielt keine Rolle, dass er es bereits getan hat.

„Ja, ja, du sollst deinen Traum haben. Du sollst dein Haus auf dem Square haben“, ruft sie aufgeregt aus. (George Cukor 1944, 15:37 - 15:42)

Nachdem sie ihn umarmt, erhascht die Kamera einen Blick auf ein kaltes Glitzern in seinen Augen. Es ist kaum wahrnehmbar, das subtile Anzeichen einer Manipulation, und doch gibt es ihm etwas Berechnendes. Es scheint, als hätte sich sein Plan zu seinen Gunsten entwickelt.

Es ist nicht der Anfang des Films, bereits 10 Minuten nachdem das Metro-Goldwyn-Mayer Logo den Film „Gaslight“ von 1944 einleitet, aber es ist die denkwürdigere Aufnahme, die als Anfang für Paulas Abstieg in ihre dunkle und verdrehte Missbrauchsgeschichte steht. Der Film spielt geschickt mit den romantischen Vorstellungen der Zeit, um es harmlos erscheinen zu lassen und ein perfektes Bild zu zeichnen. Aber das besagte Bild verblasst. Nach dem morgendlichen Nebel, welcher sich im Morgenlicht durch warme Umarmungen und zärtliche Küsse auflöst, gibt es jetzt nur noch Nebel, dunkel und undurchdringlich.

Der Film „Gaslight“ (Im deutschen Das Haus der Lady Alquist) handelt von der Geschichte der Paula Alquist (Ingrid Bergmann), die als Kind Zeugin der Ermordung ihrer reichen Tante wird. Die überaus teuren Juwelen der Sängerin bleiben seitdem spurlos verschollen und der Mörder wird nie gefasst. Als die nun mittlerweile erwachsene Frau sich in den Musiklehrer Gregory Anton (Charles Boyer) verliebt und ihn ehelicht, kehren die Zwei zu eben jenem Haus in England zurück, in dem ihre Tante ermordet wurde. Anfänglich scheint die Ehe perfekt, doch schnell geschehen merkwürdige und mysteriöse Dinge im Haus: Die Lampen im ganzen Haus flackern

immer wieder und auf dem fest verschlossenen Dachboden sind Schritte zu hören. Gegenstände verschwinden und tauchen wieder auf, und das jeden Abend. Jedoch nur Paula scheint diese geheimnisvollen Vorgänge wahrzunehmen. Ihr Ehemann versichert ihr immer und immer wieder, dass alles in Ordnung sei und meint, sie halluziniere einfach.

Während sie darum kämpft, ihren Verstand zu behalten, schaffen es die wiederholten Anspielungen ihres Ehemanns, Paula letztendlich an ihrem Geisteszustand zweifeln zu lassen. Erst zu Ende des Filmes wird offenbart, dass eben dieser liebe Mann jede Nacht stetig versucht, die Juwelen der verstorbenen Tante ausfindig zu machen. Das Lichterflackern, so wie auch die Schritte am Dachboden, resultierten alle daraus. Ihr Mann versucht, sie in den Wahnsinn zu treiben, damit er ungestört weitersuchen kann. Der Film endet mit der Inhaftierung Gregorys durch die Polizisten Scotland Yard's. (George Cukor 1944)

Es ist dieser Film, diese erschütternde Missbrauchsgeschichte, die ‚Gaslighting‘ zu einem psychologischen Begriff machte. Psychologen der 70er und 80er Jahre popularisierten den Begriff und verwandelten „Gaslight“ von einer normalen Gasbeleuchtung in einen psychologischen Terminus. Im Deutschen ist der Begriff noch relativ unbekannt. (Barton und Whitehead 1969)

Da das Thema Gaslighting in Deutschland noch unerforscht ist, dient diese Bachelorarbeit der Diskussionsanregung. Um zum zuvor beschriebenen Film zurückzukehren, wird Paula Alquist als potenzielle Klientin der Sozialen Arbeit bearbeitet. Es soll kurz aufgezeigt werden, welche theoretischen Ansätze zur Stabilisierung, zum Selbstwertaufbau und der Reintegration in die Gesellschaft am besten anwendbar sind. Spezifisch werden hierzu die Theorien der Resilienzförderung angewendet, um den Fokus darauf zu legen, wie ein Überlebender Gaslightings sein Leben wieder aktiv selbst gestalten kann. Sich aus einer emotional missbrauchenden Situation zu lösen braucht sehr viel innere Kraft, Willensstärke und Resilienz. Wie diese erhalten beziehungsweise verstärkt werden kann, ist Gegenstand dieser Bachelorarbeit.

Im folgenden Text werden die Begriffe Täter, Opfer, Sozialarbeiter etc. geschlechtsneutral verwendet. Obwohl beim Gaslighting oft die Rede eines männlichen Täters ist, können Frauen ebenso gut interpersonale Druck- und Manipulationstaktiken verwenden.

## Theoretische Grundlagen:

### Emotionale und psychische Gewalt beziehungsweise Missbrauch:

Psychische Gewalt beschreibt alle Formen der Schädigung und Verletzung der psychischen Gesundheit einer Person. Dazu zählen: Einschüchterungen, aggressives Anschreien, Verleumdungen, Drohungen und Demütigungen. (bff: Frauen gegen Gewalt e.V.) Psychische Gewalt ist ein schleichender Prozess von Grenzverletzungen und Grenzüberschreitungen, die von Betroffenen oft viel zu spät als Gewalt erkannt wird. (Seifert et al. 2006)

Nur wenige misshandelnde Menschen verlassen sich ganz auf verbale Beschimpfungen oder Einschüchterungen, um ihren Partner zu kontrollieren. Ein ununterbrochener Tyrann zu sein ist viel Arbeit, und es lässt die Person schlecht aussehen. Wer die ganze Zeit missbraucht wird, realisiert dies früher oder später. Manipulation findet daher oft statt. Verwirrungstaktiken in Argumenten anzuwenden, subtil oder offen das Thema zu wechseln, oder Generalisationen über den Geisteszustand des Opfers aufzustellen, Worte und Situationen zu verdrehen: all dies ist die Taktik eines Missbrauchers. Gaslighting gehört hier oft dazu. Das Opfer verlässt Argumente oder Streitigkeiten mit dem Gefühl, als würde er/sie den Verstand verlieren. (Bancroft 2003)

### Gaslighting: Vom Film in die Psychologie

Der Begriff Gaslighting bezieht sich auf dem Theaterstück (Gas Light, in den USA auch bekannt als Angel Street) des britischen Dramatikers Patrick Hamilton aus dem Jahr 1938, sowie die Verfilmung von 1944. (Cawthra et al. 1987, S. 554)

Das Werk schildert die Verwirrung des Opfers, das Gefühl, nicht mehr Kontrolle über ihren eigenen Geist zu haben, dass ihr Verstand „überarbeitet“ und beeinflusst wird und ihre Meinungen und Wahrnehmungen angezweifelt werden. (Calef und Weinschel 1981, S. 45)

### Anfängliche Definitionen:

Das Phänomen der erzwungenen Institutionalisierung wurde bereits im 18. Jahrhundert im britischen House of Commons besprochen. Sie äußerten sich darüber, dass manche psychisch gesunde, ältere Personen von ihren Verwandten institutionalisiert wurden, um interpersönliche Probleme aus dem Weg zu räumen, oder materiellen Gewinn zu erwerben. (Sheikh 1979)

Es ist unklar, wer den Begriff des Gaslighting zum ersten Mal in der Psychologie verwendete. Revitch sprach 1954 von „conjugal paranoia“, also der „ehelichen Paranoia“ bei der der wirklich psychotische Mann als gesund diagnostiziert wird, während der manipulierte Ehepartner als psychisch krank beurteilt wird. (Revitch 1954)

Eine solche Variation ist das bereits genannte Phänomen der Introjektion, ein anderes sei jedoch auch der Versuch, jemanden tatsächlich in die Paranoia und Schizophrenie zu treiben. In seinem Werk zum Thema Schizophrenie sprach Arieti von einer "ausgelebten" oder "externalisierten" Psychose. Manipulative Menschen sind laut ihm in der Lage, Situationen zu schaffen, die bei anderen Personen Psychosen hervorrufen können, während sie selbst symptomfrei bleiben. Obwohl er das Wort Gaslighting zu dem Zeitpunkt noch nicht verwendete, ist die Rede hier trotzdem offensichtlich von Tätern Gaslightings. (Weinberg und Arieti 1955, 142f.)

Das „Gaslight Phänomen“ wurde von Barton & Whitehead im Jahr 1969 in einem psychologischen Artikel aufgegriffen. Sie beschrieben damals 3 separate Fälle von „Gaslighting“. Es war für sie die böswillige Absicht eines Ausbeuters, ein Opfer davon zu überzeugen, dass es an einer psychischen Krankheit leidet. (Barton und Whitehead 1969)

*[1] "The Gaslight Syndrome, a scenario in which one partner of a conjugal unit attempts to have the other labelled insane and institutionalized, is probably more prevalent than is commonly realized. The essential features are: the presence of a sado-masochistic marital relationship, underlying themes of sexual jealousies and the deliberate attempt by the aggressive partner to terminate the relationship by having the spouse declared mentally ill and hospitalized." (Kutcher 1982, S. 224)*

Interessant hierbei ist die genaue Definition, die über die Jahre hin weiterausgefächert wurde. Der Begriff bezieht sich hierbei nur auf ein Szenario zwischen Ehemann und Ehefrau und noch nicht gezielt als emotionaler Missbrauch benannt.

Gaslighting wurde damals als explizite Scheidungsmethode angesehen. Es war die subtile Manipulation seitens des Ehemannes, um aus einer gescheiterten Ehe zu fliehen. Damals galt dies für Psychologen als ein ausschließlich männliches Verhalten. (Kutcher 1982)

In den 80er Jahren wurde der Begriff in psychologischen Kreisen immer wieder umgewandelt und die Merkmale verkürzt, wodurch am Ende die Definition eines Verhaltens entstand, in dem ein Partner versucht, den anderen als verrückt



beziehungsweise psychisch krank darzustellen, und den Partner so zu manipulieren, dass dieser das auch glaubt. Es war nun keine eheliche Gemeinschaft mehr erforderlich, um den Begriff zu verwenden. Einzelne Theoretiker und Psychologen definierten den Begriff jedoch jeweils unterschiedlich, da noch kein Konsens gefunden wurde. (Larner 2016, S. 139)

Calef und Weinshel argumentierten jedoch bereits 1981, dass es nicht möglich sei, eine alles umfassende Definition des Gaslightings zu finden. Die Allgegenwärtigkeit und bunten Variationen des Gaslightings steuerten das zwischenmenschliche Verhalten so, dass es unmöglich sei, alle Variationen konkret beschreiben zu können. (Calef und Weinshel 1981, S. 45)

Der Psychologe Searles wirft bereits 1959 die Möglichkeit auf, dass sowohl Eltern wie auch unerfahrene oder sadistische Psychoanalytiker mit voreiligen oder unangemessenen Interpretationen einen Patienten wahrhaftig in die Psychose treiben können. Er erkennt mehrere Methoden, dies zu verwirklichen und das Vertrauen der manipulierten Person in ihren eigenen Emotionen, Reaktionen und Wahrnehmungen der äußeren Realität zu schädigen. (Calef und Weinshel 1981, S. 47; SEARLES 1959)

Motivation sei hierbei entweder der Wunsch, die Person zu zerstören oder zu ‚beseitigen‘, oder den Drang, die drohende ‚Verrücktheit‘ in sich selbst auf andere zu projizieren. Es besteht jedoch auch die Möglichkeit, dass manche Familienmitglieder konfliktreiche Beziehungen entschärfen wollen, in dem sie die toxische Person als verrückt abstempeln und sich selbst so die Möglichkeit geben, sie zu institutionalisieren. (SEARLES 1959)

Er schrieb von der Linderung einer „unerträglichen Einsamkeit“, in dem der schizophrene Mensch versucht, eine (bis dato) psychisch gesunde Person auch krank zu machen. Er möchte also einen Seelenverwandten, der ihm in seiner psychischen Krankheit ähnelt. Searles sprach hier von einer Art krankhaften Seelenverwandtschaft. (SEARLES 1959)

Searles argumentierte, dass manche Täter Gaslightings auch unbewusst nach den ‚Vorteilen‘ eines schizophrenen Partners beziehungsweise einer schizophrenen Beziehung streben. Ein großer Vorteil ist hierbei die sozial akzeptierte Macht über diese Person zu haben. Es gibt Gaslighting auch in Familien mit Kindern, in denen Eltern die Taktik bewusst anwenden, um ihre Kinder still zu halten und mehr Macht zu

erlangen. Zudem erhalten sie sozialen Gewinn, da ihre Umgebung ihr Verhalten sogar billigt und als ‚strikte Erziehungsmethode‘ ansieht. (SEARLES 1959)

Eine Reihe britischer Psychologen (Barton und Whitehead 1969; Smith und Sinanan 1972) wendeten den Begriff hauptsächlich auf Situationen an, in denen eine Person versucht, andere so manipulieren, dass sie eine zweite Person als verrückt sehen, so dass diese schlussendlich in eine psychiatrische Klinik eingeliefert wird. Solche Dynamiken seien keinesfalls selten. Gaslighting findet über längere Zeit statt, umfasst mehrere Vorkommnisse und kann von mehr als einer Person durchgeführt werden. Weitere Menschen aus der Umwelt können als „Mitspieler“ ausgenutzt werden. (Calef und Weinshel 1981, S. 46)

Schon damals wurde es immer wieder betont, dass Gaslighting nicht mit Unsicherheit über die eigene Wahrnehmungsfähigkeit verwechselt werden sollte, was ein intrapsychischer emotionaler Prozess ist. Gaslighting involviert generell einen Täter, der versucht, sein Urteil einer zweiten Person, dem Opfer, aufzuzwingen und zu manipulieren. Diese Manipulation beruht laut Calef und Weinshel auf einer psychischen Taktik, die sich ‚Transfer‘ oder auch ‚dumping‘ (zu Deutsch Übertragung) nennt. Potenzielle schmerzhaft mentale Konflikte, sowie jegliche Art von geistigem Inhalt, wie z.B. Emotionen, Wahrnehmungen, Wahnvorstellungen, Fantasien etc., können so subtil übertragen werden. Das Grundmotiv ist die Beseitigung der Ängste des Täters. (Calef und Weinshel 1981, S. 52)

Edward M. Weinshel argumentierte weitergehend, dass Gaslighting auch einen psychologischen Nutzen für den Täter hat. Er erzählte von mehreren Fällen, in denen manipulative Menschen kein verfügbares Opfer zur Übertragung des inakzeptablen psychischen Konfliktes hatten. In solchen Fällen erschien fast der Eindruck, dass der potenzielle Täter stärker unter mentalen Druck und Stress geriet. Gaslighting war 1981 in der Psychologie also ein stressabbauender Abwehrmechanismus. (Calef und Weinshel 1981)

Für Weinshel und Calef entsprang jegliches Gaslighting aus der Emotion Gier. Gier ist eine innere Haltung, mit welcher ein Säugling, Kind oder Erwachsener seiner Umwelt begegnet. Sie tritt psychoanalytisch in der oralen Phase des Kindes auf, da sie mit Prozessen der Nahrungsaufnahme in Zusammenhang gebracht wird. Sie wird als eine Folge von körperlichen oder emotionalen Mangelbefahrungen angesehen, die sich dann mit Aggressionen und Wut verknüpfen. Der Kern des Gaslightings soll also die

Bemühung, Gier zu kontrollieren und zu minimieren sein. (Auchter und Strauss 2003, 74f; Calef und Weinshel 1981, 63ff.)

Calef und Weinshel merkten an, dass Gaslighting schon vor der Begriffsdefinition existierte und mit Begriffen wie die der psychoanalytischen Projektion/Introjektion gleichgesetzt wurde, so sehen sie es doch als ein gesamtes Spektrum von Abwehrmechanismen zum Zweck der Verleugnung. Für sie war es eine sehr komplexe, stark strukturierte Konfiguration des menschlichen Gehirns, die viele Seiten der Psyche umfasst. (Calef und Weinshel 1981, 61)

*[2] By "gaslighting" we refer to the behavior of two individuals, victim and victimizer. The latter, disavowing his or her own mental disturbance, tries to make the victim feel he or she is going crazy, and the victim more or less complies." (Calef und Weinshel 1981, S. 64)*

Gass und Nichols sprachen 1988 von Fällen, in denen ein Ehemann Gaslighting anwendet, um eine außereheliche Affäre vor seiner Frau geheim zu halten. Sie gaben an, dass dies hauptsächlich nur männliche Individuen tun. Sie gaben jedoch zu, dass die meisten ehelichen Betrüger nicht mit der Intention anfangen, ihre Frau verrückt zu machen, dies jedoch trotzdem die Konsequenzen ihrer ständigen Lügen und des Gaslightings sind. (Gass und Nichols 1988)

Ehemänner belügen ihre Frauen anfänglich, ohne ihre Wahrnehmungen manipulieren zu wollen. Dies ginge jedoch nur so lange gut, so lange die Frau nicht anfängt, spezifische Fragen zu Geschehnissen zu stellen. Sobald sie dies tut wird das Fälschen und das Erfinden von Geschichten, um die eigene Zeit und das eigene Verhalten zu erklären, Teil der Täuschung. So rutscht das einfache Lügen ins Gaslighting. Der Ehemann verzerrt die Realität, um seine Frau davon zu überzeugen, dass sie verrückt ist und dass ihre Verdächtigungen nicht berechtigt sind. Langsam, aber sicher schleicht sich bei den Frauen dann der Gedanke ein, dass sie wirklich verrückt sind und ihre Ehemänner komplett fehlerlos. (Gass und Nichols 1988, S. 6)

Beim Gaslighting sind grundsätzlich zwei Personen involviert: der Täter und das Opfer. Der Täter versucht, dem Opfer mentale Ideen aufzuzwingen, in dem er verstörende unbewusste Inhalte vom Täter auf das Opfer mittels projektiver Identifikation überträgt. Als eine Form der projektiven Identifikation dient Gaslighting zur Defensive. (Dorpat 1996, S. 33–35)

Diese defensive Methode beschrieb Dorpat in seinem 1966 erschienenen Buch „Gaslighting, The Double Whammy, Interrogation and Other Methods of Covert Control in Psychotherapy and Analysis“ schrittweise: Zuerst kommen Abwehr und Verleugnung, dann die Projektion, gefolgt von einer gewissen zwischenmenschlichen Manipulation, um das Opfer ausreichend zu manipulieren. (Dorpat 1996, S. 33–35)

[3] „Some psychic content which is denied as belonging to the self is projected on to another person.“ (Dorpat 1996, S. 34)

Obwohl frühere Berichte über Gaslighting bewusst die böartige Absicht des Täters hervorhoben (Barton und Whitehead 1969) beschreiben manche Studien auch Fälle von „imposed illness“ (aufgezwungener psychischer Krankheit), bei dem die Absicht des Täters nicht primär böartig war. Es schildert einen Fall, in dem die Tochter einer Frau versuchte, ihrer Mutter glauben zu machen, dass ihr toter Vater als Geist noch mit ihnen sprach und den Erziehungsstil der Mutter kritisierte. Sie sprach in einer tieferen Stimme, verrückte Möbel etc. So erhoffte sich die Tochter mehr Freiheit von ihrer herrischen Mutter. Sie gestand auch, dass sie ohne die Hilfe ihres „Vaters“ nicht wusste, wie sie mit ihrer Mutter umgehen sollte. (Cawthra et al. 1987)

### Anzeichen von Gaslighting in einer Beziehung:

Anzeichen dafür, dass man sich in einer gaslightenden Beziehung befindet, sind in der Regel das Zurückhalten von Informationen, das Anzweifeln von widersprochenen Informationen, das Herabsetzen von anderen Menschen, verbale Beschimpfungen (meist in Form von beleidigenden Witzen), die soziale Isolierung des Opfers, die Trivialisierung des Wertes des Opfers und die allmähliche Schwächung des Denkprozesses über lange Zeiträume hinweg. Petric schrieb 2018 über die drei gebräuchlichsten Methoden des Gaslightings: Verstecken, Verändern und Kontrollieren. Der Täter will Dinge und Informationen vor dem Opfer verbergen, etwas an seiner Persönlichkeit ändern (zum Beispiel damit sich das Opfer in die Fantasie eines perfekten Partners für den Täter verwandelt). All dies hat das Endziel, das Opfer irgendwann vollständig kontrollieren zu können. (Petric 2018, S. 1)

Kate Abramson schrieb in ihrem Artikel „Turning up the lights on gaslighting“ (2014) eine ausführliche Beschreibung Gaslightings im Kontext des 21. Jahrhunderts. Der wissenschaftliche Artikel wird oft von weiteren Wissenschaftlern als das zentrale Werk über Gaslighting in der Neuzeit angesehen. Die Definitionen haben sich über die Zeit vielfach verändert, um den Begriff weit zu fächern. Für sie galten zwei Regeln, in

denen Gaslighting der Neuzeit sich von dem Film von 1944 unterscheiden. Erstens, dass die Täter oft nicht bewusst versuchen, ihr Opfer in den Wahnsinn zu treiben. Und zweitens, scheinen sie oft kein klares Ziel vor Augen zu haben, das heißt sie versuchen nicht, ihr Opfer verrückt zu machen, nur weil sie nach etwas so einfach verständlichem wie wertvollen Juwelen trachten. Obwohl die Motivationen und Hintergründe für Gaslighting im echten Leben und der Manipulation Gregorys im Film unterschiedlich sind, sah sie dennoch Gemeinsamkeiten. Gaslighting ist anders als das nicht ernst genommen werden, da Gaslighting darauf abzielt, eine andere Person davon zu überzeugen, sich selbst nicht ernst zu nehmen und so ihre Wahrnehmungen, Erinnerungen und Meinungen anzuzweifeln. (Abramson 2014, S. 2)

Das Opfer wird auf verschiedene Art und Weise isoliert, um seine Psyche angreifbar zu machen. Abramson hielt es für bemerkenswert, dass sich die charakteristischen Sprüche von Gaslightern oft ziemlich stark mit den Worten und Beleidigungen überschneiden, die Gregory seiner Frau im Film entgegenwirft. Für sie ist Gaslighting ein psychologischer als auch umgangssprachlicher Begriff, der ein erkennbares Phänomen in menschlichen Interaktionen beschreibt. (Abramson 2014, S. 2)

Abramson stand der Idee kritisch gegenüber, dass wichtige Aspekte des Gaslightings epistemisch sind: dass der Gaslichter ein besonderes erkenntnisbezogenes Ziel verfolgt (weil er es besser weiß als sein Opfer) oder dass die bloße Lüge bei Gaslighting eine entscheidende Rolle spielt. Nicht die Lüge sei das Hauptmerkmal von Gaslighting, sondern die wiederholte Manipulation der Wahrnehmung des Opfers. Der Täter sei kein aufrichtiger Gesprächspartner, dem es darum gehe, die Wahrheit herauszufinden, weswegen er dem Opfer auch oft keine glaubwürdigen Gründe mitteilt. Der Gaslichter greift in der Regel auf Behauptungen und manipulative Drohungen zurück, anstatt mit seinem Opfer zu diskutieren. Das Opfer hat selbst nur aufgrund des persönlichen, sozialen oder beruflichen Schadens, den er ihr (verdeckt oder ausdrücklich) anzudrohen versucht, Motivation, dem Gaslichter zuzustimmen. Der Täter möchte also nicht, dass das Opfer Zeuge vor Gericht spielt, er möchte lediglich, dass jede Sehens- und Argumentationsweise von ihm als richtig angesehen wird. Abramson basierte dies auf der Annahme, dass, wenn es wirklich nur eine simple Meinungsverschiedenheit wäre, es keinen Grund für die unterschwellige Manipulation, die Gaslighting beinhaltet, gäbe. Gaslichter wollen auch nicht ihre Sichtweise argumentieren, da sie dies als Angriff ihrer Selbst ansehen. (Abramson 2014, S. 13–15)

Für sie war Gaslighting zudem etwas grundsätzlich Sexistisches. Sie stellte die These auf, dass Frauen öfter gegaslighted werden und Männer öfter Täter Gaslightings sind. Die eigentlichen Gaslighting Takten verlassen sich auch oft auf bereits bestehende sexistische Normen und Stereotypen, wie zum Beispiel, dass Frauen öfter „hysterisch“ sind oder, dass Ehefrauen eifersüchtig auf jegliche weibliche Kontaktperson ihres Ehemannes sind. Einige Formen der emotionalen Manipulation, die bei Gaslighting eingesetzt werden, beruhen auch häufig auf der Idee, dass das Opfer diese sexistischen Normen bereits verinnerlicht hat. Wenn dies gelingt, kann Gaslighting die Stereotype verstärken, denen sich das Opfer zu widersetzen versucht. Manchmal sind es auch eben genau diese sexistischen Vorstellungen, die der Täter versucht mit seiner Manipulation zu verifizieren. (Abramson 2014, 2ff.; Riggs und Bartholomaeus 2018, S. 4)

Abramson argumentierte, dass es nur einer genauen Darstellung der sexistischen Züge Gaslightings gelingen wird, auch das Unrecht und die Folgen genau aufzuzeigen. Ihre Forschung untersuchte, wie Sexismus und alltägliche Vorurteile Gaslighting einrahmen können. Keine einzige moralische Theorie kann laut ihr jedoch das große Unrecht von Gaslighting gut erfassen. (Abramson 2014, S. 3)

Das zentrale Ziel des Gaslighters ist es, laut Abramson, selbsterschaffenen Stress zu vermindern. Der Wunsch, dass seine Behauptungen und seine Weltanschauung von den meisten, wenn nicht allen Beobachtern bestätigt werden - dies ist der Grund, warum Gaslighting oft andere als Zuschauer einbezieht. (Abramson 2014, 9 ff.)

*[4] "A gaslighter [...] can't tolerate the slightest challenge to the way he sees things. However he decides to explain the world to himself, that's how you must see it, too—or leave him prey to unbearable anxiety." (Abramson 2014, S. 9)*

Abramson betonte auch, dass Fälle von Gaslighting aus dem Kontext genommen oft wie harmlose Nörgelei erscheinen mögen. Dies kann der Fall sein, wenn es nur einmal passiert. Aber wenn diese Form der Interaktion immer und immer wieder wiederholt wird, wenn Gegenbeweise zu „das ist verrückt“ abgelehnt werden, wenn nichts dagegen sprechen scheint, verschieben sich die Verhältnisse. (Abramson 2014)

### DARVO und Minimisierung:

Im Englischen wird bereits ein weiterer Begriff verwendet, um eine spezifische Form von Gaslighting zu beschreiben: das so genannte „DARVO“ Akronym. DARVO steht für Deny, Attack, Reverse Victim and Offender. Der Begriff wird oft in

Missbrauchspräventionstrainings oder Fortbildungen verwendet. (Harsey et al. 2017, S. 644)

Jennifer Freyd zeigte 1997, dass Täter eine bestimmte Strategie anwenden, um die Opfer zum Schweigen zu bringen, der eigenen Schuld zu entgehen und auf andere zu projizieren: Dies nannte sie „DARVO“. Sie verleugnen und bestreiten geschehene Missfallen, greifen die Opfer psychologisch an, um ihnen das Gefühl zu geben, dass sie sich entweder alles ausdenken oder die Sache ‚zu ernst‘ sehen. Nachdem das Opfer ausreichend beleidigt wurde, drehen sie die Täter-Opfer-Rolle komplett um und zeichnen sich selbst schlussendlich als das Opfer. (Harsey et al. 2017)

Täter bedrohen und schikanieren jeden, der sie zur Verantwortung zieht, meistens das Opfer des Missbrauchs. Sie leugnen jegliches Fehlverhalten und Gehen sofort in die Offensive. Sie versuchen, das Opfer ins Lächerliche zu ziehen und erwecken schnell den Eindruck, dass sie selbst die misshandelte Person sind. So wird das eigentliche Opfer gezwungen, sich zu verteidigen. Täter emotionaler Gewalt blühen auf, wenn die Opfer zum Schweigen gebracht werden. Sie nutzen die Angst der Opfer, dass man ihnen nicht glaubt, aus. (Freyd 1997)

Eine Studie von 2005 unter dem Namen „‘I didn’t do it, but if I did I had a good reason’: Minimization, Denial, and Attributions of Blame Among Male And Female Domestic Violence Offenders“ untersuchte dies näher. Es zeigte sich, dass in einer Befragung von über 1.300 nordamerikanischen wegen häuslicher Gewalt verurteilten Delinquenten die Attribute „Verleugnung, Minimierung und Rechtfertigung“ in den Beschreibungen der Täter enthalten waren. Die große Mehrzahl (82,6% der Männer und 86,2% der Frauen) gaben an, dass sie ihre Taten vor ihrem Opfer mindestens einmal verniedlichten oder minimierten. (Henning et al. 2005; Lila et al. 2008)

### **Gaslighting und Konfabulation:**

Andrew Spear schrieb 2020 in seinem Artikel „Gaslighting, Confabulation, and Epistemic Innocence“ ein Gegenargument zu der These Kate Abramsons, dass Gaslighting kein erkenntnisbezogenes Ziel verfolgt. Gaslighting sei laut ihm zweidimensional: In erster Instanz versucht der Täter, das Opfer davon zu überzeugen, dass sie sich selbst nicht trauen soll. Er beschuldigt das Opfer, verrückt oder überempfindlich zu sein und versucht ihm einzureden, dass sein Verständnis der Situation zu mangelhaft ist, als dass sie zuverlässige Einschätzungen darüber abgeben könnte, oder dass man ihren Beurteilungen selbst nicht trauen kann. Diese Situationen

sind meistens Ehe- oder Beziehungsprobleme und Kämpfe. Zweitens gibt es typischerweise für ihn auch noch einen spezifischen weiteren Klagepunkt, den das Opfer nicht nur akzeptieren, sondern auch internalisieren soll. Im Film „Gaslight“ möchte Gregory, dass Paula einsieht, dass sie Dinge in der Wohnung umgeräumt und dann vergessen hat. Er wirft ihr nicht nur Vergesslichkeit vor, sondern spezifische Instanzen und Beispiele davon. Gaslighting sei ein zweifaches Projekt: das Opfer davon zu überzeugen, dass es nicht in der Lage ist, Situationen richtig zu lesen, und es zu zwingen, sich wegen bestimmten Fehlverhalten zu entschuldigen. (Spear 2020, S. 231)

Auch die psychologische Theorie der Konfabulation wird im Weiteren mit Gaslighting verknüpft. Es wird definiert als das Füllen von Gedächtnislücken durch frei erfundene Begebenheiten, eine Unterstufe des tatsächlichen Lügens. Während die Konfabulation ihren Ursprung im Kontext der Psychologie und Pathologie hat, waren Forscher recht erfolgreich darin, Konfabulation bei Probanden ohne psychische Krankheiten oder Krankheitsvorgeschichten auszulösen. Patienten in Krankenhäusern berichteten auf die Frage, was sie während des Tages getan hatten, eine Reihe von inkonsistenten oder unplausiblen Ereignissen. Sie erfanden tägliche Begebenheiten, nicht um ihre Zuhörer zu manipulieren, sondern um potenziell stressverursachende Gedächtnislücken zu füllen. (Spear 2019) Max Coltheart schrieb über Konfabulation, dass es einen menschlichen Trieb des unterschweligen, ungezwungenen Verständnisses in Konversationen gibt. Er motiviert die Menschen dazu, zu versuchen, Dinge, die sie geistig nicht zu fassen vermögen, zu verstehen oder zu erklären. (Coltheart 2017, S. 62)

Der typische Gaslighter, den Spear beschrieb, ist sich wahrscheinlich der Natur seiner Motivationen, Absichten und seines Verhaltens nicht voll bewusst und würde es bevorzugen, sich nicht als trügerischen Manipulator zu sehen. Teilnehmer an gerichtlich angeordneten Interventionsprogrammen gegen häusliche Gewalt zeigen typischerweise ein erhebliches Maß an Selbsttäuschung und Konfabulation. Meistens behaupten solche Personen, dass sie nichts Falsches getan hätten, sehen ihre Handlungen als normal, stellen ihre Bestrafung als unfair oder als Teil eines gegen sie manipulierten Systems dar und stellen ihren Partner (und ihr Opfer) als gleichermaßen verantwortlich, undankbar oder als jemanden dar, der das Geschehene aufrichtig verdient hat. (Spear 2020, S. 235; Henning et al. 2005)



Wenn der Gaslighter laut Spear sich der Natur seiner Absichten nicht vollständig im Klaren ist, und wenn er eine starke Abneigung dagegen hat, sich selbst als manipulativ anzusehen, dann ist Konfabulation wahrscheinlich. Es wird für den Gaslighter mit der Zeit schwer sein, die unnormale Härte zu bemerken, mit der er mit dem Opfer umgeht. Dies löst ein ‚Loch‘ in dem Verständnis seiner selbst aus, sein eigenes Selbstbild ist inkongruent mit dem, was er von sich miterlebt und muss erklärt werden. Dass das Opfer diese Behandlung tatsächlich verdient, weil es sich in der Situation zutiefst täuscht oder irrt, wäre eine natürliche Erklärung, die der Täter als Antwort geben könnte. Solch eine Art von Gaslighter hat zweierlei Motive zu Lügen: sein Wunsch, sich nicht als emotionalen Missbraucher zu betrachten, und sein Wunsch, dass sein Opfer seine Art, die Dinge zu sehen, absolut und ohne Einwände akzeptiert. Da diese beiden Wünsche nicht übereinstimmen wäre es laut Spear naiv zu denken, dass der Gaslighter das Unrechte in seinem Tun nicht realisiert. Es muss nicht jedes Mal eintreffen, ist bei den meisten Fällen von Gaslighting jedoch laut Spear vorhanden. (Spear 2020, 235f.)

Die Täter sind jedoch nicht die einzigen, die laut Spear zur Konfabulation greifen, um ihrer wahrgenommenen, verwirrenden Realität einen Sinn zu geben. Das Opfer ist laut ihm nicht vollkommen ahnungslos. Die wiederholten Kommentare, Kritiken und Forderungen des Täters werden dem Opfer zu Recht etwas merkwürdig oder grausam erscheinen. Wenn seine emotionale Manipulation anhält und es sich unter immer mehr emotionalem und psychologischem Schmerz befindet, werden es die wachsenden Beweise gegen seine Vertrauenswürdigkeit mehr und mehr verwirren. Spätestens hier braucht das Opfer eine Erklärung: es sieht sich mit einer Lücke in seinem Verständnis des Gaslighters und der Situation konfrontiert, ohne genau zu wissen, was vor sich geht. Der Gedanke, dass es manipuliert wird und eine vertraute, vielleicht sogar geliebte, Person ihm emotionalen Schaden zufügt, wird ihm jedoch als vollkommen fremd oder unausstehlich erscheinen. Hier kann Konfabulation passieren. So erklärt sich Spear die heimtückische Natur und der oft langjährige Erfolg des Gaslightings. (Spear 2020, S. 235)

### **Der Double Whammy:**

Theodore Dorpat spricht in seinem 1996 veröffentlichten Buch von einer weiteren Form des Gaslightings, welches er den ‚Double Whammy‘ nennt. Es ähnelt der These des zweifachen Projekts von Andrew Spear. ‚Double Whammy‘ kann als „Doppelschlag“

übersetzt werden, umgangssprachlich dafür, wenn zwei unangenehme Dinge ungefähr zum selben Zeitpunkt passieren. (Cambridge Dictionary)

Es sei eine Taktik, die viele Menschen im Alltag und in psychotherapeutischen Kontexten bewusst oder unbewusst anwenden, um andere Personen zu erniedrigen und zu kontrollieren. Er beschreibt es wie folgt: Es beinhaltet zwei projektive Identifikationen, die kurz nacheinander stattfinden. Die erste ist ein verbaler Angriff auf das Opfer, eine unterschwellige Beleidigung. Danach setzt sich das Opfer zur Wehr und wird sofort ins Lächerliche gezogen und die berechnete Reaktion als Überreaktion abgestempelt. Oft fallen Sätze wie „Das war doch nur ein Witz“ oder „Nimm das nicht so ernst“. (Dorpat 1996, S. 40)

Psychotherapeutin Stephanie Sarkis nannte dieselbe Taktik in ihrem Buch den ‚Double Bind‘. Für sie sind das orchestrierte Situationen, in denen das Opfer gezwungen sind, zwischen zwei unerwünschten Optionen zu wählen, oder in denen es gegensätzliche, unterschwellige Nachrichten erhält. (Sarkis 2019, S. 16)

### Gaslighting im therapeutischen Kontext und ‚Covert Control‘:

Gaslighting als Taktik einiger Psychotherapeuten wird schon seit längerem diskutiert. Die therapeutische Situation versetzt den Psychotherapeuten und Patienten in eine hierarchische Beziehung, in der dem Therapeuten großen Respekt gezollt wird. Diese Hierarchie auszunutzen ist hierbei sehr einfach. Dieses Ungleichgewicht werde oft übersehen. (Calef und Weinshel 1981, S. 61)

Therapeuten können nicht effektiv mit Klienten arbeiten, wenn sie die Gefühle und Reaktionen der Personen falsch einordnen. Dies gilt insbesondere für die Therapie für Frauen, dessen Ehemänner sie gegaslighted haben. Sexistische Annahmen, wie die Idee, dass Frauen eher eifersüchtig oder unsicher in ihren Beziehungen sind, brandmarken solche Patienten durch ihre (meist männlichen) Therapeuten, die nicht ausreichend Fachwissen über Gaslighting haben und so den Missbrauch mit unterstützen. (Gass und Nichols 1988, S. 10)

In der Regel muss der Therapeut bereit sein, klar Stellung zu beziehen und als Realitätscheck zu dienen. Weitergehend braucht das Opfer eine externe Intervention sowie eine Definition und Verstärkung der wirklichen Realität, so wie die Situation im Film „Gaslight“ die Hilfe eines Scotland Yard Detektivs erforderte. (Gass und Nichols 1988)

Gass und Nichols sprechen vom Therapeuten als „Change Agent“ (Akteur der Veränderung), der daran arbeiten muss, seine eigenen sexistischen Voreinstellungen zu ändern, die zu einer falschen Etikettierung beitragen können, und muss Verhaltensweisen des Ehemanns in Frage stellen, die Gaslighting sein könnten. (Gass und Nichols 1988)

Im Jahre 1996 veröffentlichte Theodore Dorpat das Buch „Gaslighting, the Double Whammy, Interrogation, and Other Methods of Covert Control in Psychotherapy and Analysis“ in der er mehrere Gaslighting-Techniken im therapeutischen Kontext aufzeigt. Er verwendet hier den Terminus ‚Covert Control‘, zu Deutsch also verdeckte/geheime Kontrolle. Es stammt von ‚Covert Action‘, welches eine Aktion des Geheimdienstes einer Regierung ist, um den Verlauf der politischen Ereignisse zu beeinflussen. (Dorpat 1996)

Covert Control hat zwei Merkmale, dass (1) sie eine Handlung ist, bei der ein Individuum versucht, Kontrolle über die Gefühle, Gedanken oder Wahrnehmungen eines anderen Menschen auszuüben, und (2) dass die Handlung verdeckt durchgeführt wird. (Dorpat 1996, S. 3)

Covert Control wird von Dorpat als synonym mit Gaslighting verwendet, um zu beschreiben, wie Therapeuten und Psychiater das Machtgefälle zwischen Klienten und Professionellen ausnutzen können, um den Klienten ihre Wahrnehmung aufzudrängen. Da Psychiater psychische Krankheiten diagnostizieren, stellt Gaslighting hier auch ein großes Problem dar. Die intime interpersönliche Beziehung, die vom Gaslichter ausgenutzt wird, ist die therapeutische Beziehung während der Langzeittherapie. Der Arzt verwendet häufig Methoden der Indoktrination, um den Patienten zu kontrollieren und seine Wahrnehmung zu lenken und ist sich dieser entweder aufgrund von Ignoranz oder Verleugnung nicht bewusst. (Dorpat 1996, S. XI)

Der Einsatz sei laut ihm in nicht-psychoanalytischen Therapien weitaus häufiger zu sehen als in den psychoanalytischen Therapien, wo er ausdrücklich verboten ist. Viele Schulen der Psychotherapie sind erklärtermaßen direktiv. In der Verhaltenstherapie werden zum Beispiel Belohnungen und Strafen für die Verhaltenskontrolle und -lenkung von Patienten eingesetzt. Dorpat argumentierte, dass die Mehrheit der psychiatrischen Fachkräfte heutzutage bewusst direktive und manipulative Methoden einsetzen, um das Denken und Verhalten ihrer Patienten zu formen. (Dorpat 1996)

„Gaslighting, the Double Whammy, Interrogation and Other Methods of Covert Control in Psychotherapy and Analysis“ äußerte sich auch über Sozialarbeit. Er schreibt, dass die zunehmende Betonung auf die Anwendung von manipulativen, kurzfristigen und direktiven Methoden in der Ausbildung für psychiatrische Fachkräfte, also Psychiatrie, Psychologie, Krankenpflege und Sozialarbeit, dazu führt, dass Manipulation im Berufsalltag Gang und gebe ist. (Dorpat 1996, S. XIV)

### Projektive Identifikation:

Gaslighting wird oft in Verbindung mit dem Begriff der projektiven Identifikation gesetzt. Der Begriff stammt von der Psychoanalytikerin Melanie Klein und beschreibt einen unbewussten Abwehrmechanismus, bei dem Teile des Selbst abgespalten und auf eine andere Person projiziert werden. Charaktereigenschaften oder Gedanken, die stressauslösend und mit sehr viel Scham verbunden sind, werden so von der Person ignoriert und einfach als Eigenschaft seines Gegenübers angesehen. (Stangl 2020)

Falls ein psychisch kranker Mensch sich also dafür schämt und nicht wahrhaben möchte, dass er psychisch krank ist und Hilfe braucht, so wird er sein Problem auf andere Personen in seinem Umfeld projizieren. Fühlt er sich danach immer noch nicht besser beziehungsweise ist der innere Stress immer noch nicht ausreichend abgebaut, kann er damit anfangen, sein Opfer zu gaslighten.

### Conditional Apology:

Die Psychotherapeutin und Autorin Stephanie Sarkis schrieb 2019 ein Selbsthilfebuch über das Phänomen Gaslighting nach jahrelanger psychotherapeutischer Arbeit mit sowohl Gaslightern als auch Opfern. Sie beschrieb Gaslighting mit den folgenden Merkmalen: Gaslichter benutzen die Worte und Taten ihrer Opfer gegen sie, schmieden Anschuldigungen gegen sie und leugnen tatsächliche Realitäten und Geschehnisse. Sie versuchen laut ihrer Expertise Menschen von „alternativen Fakten“ zu überzeugen und wenden das soziale Umfeld des Opfers und Täters gegen das Opfer – alles mit dem Ziel, das Opfer leiden zu sehen und eine einseitige Abhängigkeit zu entwickeln, um sich mächtig zu fühlen. Sie sieht Gaslighting als geschlechtsunspezifisches Machtverhältnis. (Sarkis 2019, 7f.)

Sarkis beschäftigte sich auch mit der Persönlichkeit des Gaslighters und erkannte mehrere Verhaltensmuster, die bisher nicht dokumentiert wurden: die Ausübung einer bedingten Entschuldigung, oder ‚conditional apology‘. (Sarkis 2019, S. 13) Der Gaslichter wird sich also nie vollkommen für seine Taten entschuldigen, oft sind diese

Entschuldigungen nur weitere versteckte Manipulationen. Die andere Person übernimmt keine Verantwortung für ihr Verhalten, sie manipuliert das Opfer nur, sich gesehen zu fühlen, indem sie ihre Gefühle verbal anerkennt. Ein Gaslighter wird sich nie vollkommen für seine Gräueltaten entschuldigen, stattdessen wird er die Schuld bei seinem Opfer suchen. (Sarkis 2019, S. 13)

Der Unterschied zwischen den Sätzen „es tut mir leid, falls du dich so gefühlt hast“ und „es tut mir leid, dass ich dir das angetan habe“ kann anfänglich nicht sichtbar sein. Beim letzteren Satz wird jedoch Verantwortung übernommen, während der erste Satz die Schuld auf das Opfer verschiebt. Oft möchte der Gaslighter bei der bedingten Entschuldigung zum Beispiel auch, dass der Streit oder die Meinungsverschiedenheit immer beidseitig war. Die Entschuldigung eines Gaslighters wird immer damit zusammenhängen, irgendein Versagen seitens des Opfers anzuerkennen.

Gaslighter lieben es auch, Menschen gegeneinander auszuspielen, wie zum Beispiel ihr Opfer und ihre Freunde, Familie, etc. Sie kommunizieren mit dem Opfer durch andere Beteiligte. Es gibt ihnen ein Gefühl von Macht und Kontrolle. Diese Taktik nennt sie ‚Splitting‘. (Sarkis 2019, S. 14)

### Love Bombing:

Eine weitere Methode, die Gaslighter laut Sarkis oft anfänglich in einer intimen Beziehung anwenden, nennt sich ‚Love bombing‘. Diese Methode wird auch oft von Kultführern verwendet. Es ist ein Versuch, eine andere Person durch übertriebene Aufmerksamkeits- und Zuneigungsbeweise zu beeinflussen und abhängig zu machen. Sie kann als aggressive Liebeswerbung angesehen werden: die Person wird auf Händen getragen und verfällt so völlig dem Werbenden, was als Basis für das spätere Gaslighting dient. Das Gaslighter wird dann langsam immer aggressiver in seiner Beziehung, immer kontrollierender. Gaslighter verschönen und verstecken ihre eigentlichen bösen Charakterzüge anfänglich, damit es für das Opfer dann später viel schwieriger ist, den Missbrauch zu realisieren und zu gehen. (Archer 2017)

[5] „Gaslighters are very seductive. They will sweep you off your feet [...] and then drop you off a cliff. But the initial seduction is so strong that when things do go south, it's hard not to feel that you're to blame or that somehow you should be able to get that wonderful person back.“ (Sarkis 2019, S. 23)

‚Love bombing‘ ist nur eine übertriebene Form dessen, was die meisten Menschen tun, wenn sie sich in jemanden verlieben und eine Beziehung beginnen. Eine weitere nennt

sich ‚hoovering‘, wenn der Täter fürchtet, sein Opfer zu verlieren und so seinen vorherigen Charme wieder aufbringt. Nach einem besonders schlimmen Streit also könnte er am nächsten Tag völlig aufopferungsvoll mit seiner Frau umgehen und mit ihnen langersehnte Ausflüge planen, ohne sich jemals zu entschuldigen. (Sarkis 2019, S. 28)

## Opfer von Gaslighting:

Opfer von Gaslighting und deren Motive oder Grundeinstellungen sind weniger definitiv beschrieben. Die Erklärungsmöglichkeiten, weswegen Gaslighting bei manchen Individuen besonders heimtückisch wirkt und bei manchen gar nicht, sind seit den 80ern schon argumentiert worden.

Calef & Weinshel schrieben 1981, dass solche Opfertypen die Tendenz haben, die Projektionen anderer automatisch aufzunehmen und zu assimilieren. Hier spielt ein geringes Selbstwertgefühl eine besondere Rolle. (Calef und Weinshel 1981, S. 53)

Eine weitere hypothetische Erklärungsweise für die Opfer von Gaslighting ist die der verdrängten Fantasien. Sie hegen also die Angst, dass bestimmte verinnerlichte Fantasien sie als verrückt entlarven würden, und so, ob bewusst oder unterbewusst, jegliche Form von Gaslighting an sich selbst rechtfertigen und bestätigen. Solche Opfer sind mit der Unsicherheit ihrer eigenen Psyche beschäftigt und hegen tiefe Zweifel über die Validität ihrer Erfahrungen und Persönlichkeitsmerkmale. (Calef und Weinshel 1981, 53 - 63)

Stephanie Sarkis stellte anhand ihrer Praxiserfahrung die These auf, dass Gaslichter öfter Menschen, die an chronischen Schmerzen, Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätsstörung, oder Angststörungen leiden, als Opfer wählen. (Sarkis 2019, S. 9)

## Folgen von Gaslighting:

### Psychische Folgen:

Psychische Misshandlungen bringen Menschen dazu, an sich selbst zu zweifeln. Sie können sich nicht mehr auf ihre eigenen Wahrnehmungen verlassen, auf die eigene innere Stimme, da diese zu oft und zu lange vom Täter negiert und ins Lächerliche gezogen wurde. Der Täter will die Sicht der Realität aus dem Kopf des Opfers reißen und durch seine eigene ersetzen. Die Reaktion des Opfers kann unterschiedlich

ausfallen, von scheinbarer Fügung und unkritischer Akzeptanz bis zu einer wütenden Ablehnung. (Calef und Weinshel 1981, S. 53)

Eine Frau kann das Gefühl haben, dass sie ihren Verstand verliert - oder tatsächlich psychiatrische Symptome entwickeln -, wenn die offensichtlichen Realitäten ihres Lebens wiederholt bestritten werden. Die Gewissheit und Autorität in seiner Stimme sowie das wiederholte Gaslighting lassen sie an sich selbst und ihrem Verstand zweifeln. Je schwerwiegender die Vorfälle sind, die der Gaslighter leugnet, desto mehr kann das Opfer den Bezug zur Realität verlieren. (Dorpat 1996, 33f.)

Das Problem beim Gaslighting ist, dass der Täter heimtückisch mit den schlimmsten Ängsten und tiefsten Wünschen des Opfers spielt. Jeder Mensch hat das Bedürfnis, verstanden, geschätzt und geliebt zu werden. Wenn eine von der Person vertraute und geliebte Person sie dann mit solcher Härte angreift, kann es schwer sein, dem Täter nicht zu glauben. Opfer von Gaslighting fürchten oft, dass ein Körnchen Wahrheit in den Anschuldigungen steckt, da sie von Natur aus Selbstzweifel hegen. Wiederholt sich dieses Spiel und gibt es weitere Situationen, in der der Täter oder sogar das soziale Umfeld an der Glaubwürdigkeit des Opfers zweifelt, desto mehr fügt es sich dem Täter und deren Sicht der Welt. Dies kann ins Extreme gehen, zutiefst manipulative Gaslighter können ihr Opfer mit genügend Zeit und Aufwand denken lassen, dass der Himmel grün sei. Diese Manipulation zu realisieren und zu durchbrechen, ist lebenswichtig. (STERN 2007)

*[6] „When someone slaps you in the face, you know you’ve been slapped. But when a woman feels psychologically assaulted, with little idea why [...], she may turn her frustration inward. How do you seek support from a friend, for example, when you don’t know how to describe what is going wrong?“ (Bancroft 2003, S. 239)*

Gaslighting zeigt erhebliche negative Auswirkungen auf die psychische Gesundheit von betroffenen Frauen und Männern: Angstzustände, Beklemmung, Depressionen, Drogenmissbrauch, suizidale Gedanken oder der tatsächliche Selbstmord sind alles dokumentierte Folgen. (Stark 2007, S. 120–123; Sarkis 2019, S. 9)

### **Physische Folgen:**

Gaslighting kann nicht nur affektive Folgen mit sich ziehen. Psychologischer Missbrauch wurde in einigen Studien zum Beispiel mit verstärkten körperlichen Gesundheitsproblemen wie Arthritis, chronischen Schmerzen, Migräne und Magengeschwüren in Verbindung gebracht. (O’Leary und Maiuro 2004)

## Soziale Folgen:

Die soziale Ausgrenzung und Isolierung des Opfers gehört auch zur Taktik des Gaslighters. Soziale Ausgrenzung beschreibt die Ungleichheiten und Hindernisse für die volle Teilhabe an der Gesellschaft. Eine abrupte soziale Isolierung einer Person kann so auf eine emotional missbrauchende Beziehung deuten. (Hayes und Jeffries 2015, 19f.)

Hält ein Opfer lange Zeit alles, was sein geistiger Peiniger ihm sagte, ausschließlich für die Wahrheit, führt dies oft dazu, dass das Opfer den Kontakt zu seinem sozialen Umfeld abbricht. Die soziale Isolation kann scheinbar freiwillig vom Opfer aus geschehen oder ein weiterer Schritt der Dominanz des Gaslighters sein, um sicherzustellen, dass er die einzige Vertrauensperson im Leben des Opfers ist. Viele Zuschauer stellen sich auf die Seite des Gaslighters wenn sie wiederholt die orchestrierten Darstellungen der Verrücktheit des Opfers mitbekommen. Emotionale Täter sind unglaublich charmant und ihre Manipulation machen oft nicht vor der Familie und den Freunden des Opfers halt. Manchmal ist es für das Opfer zu peinlich, in seinem früheren sozialen Umfeld wiederaufzutauchen, nachdem der Gaslighter all seine Zeit mit seiner Ächtung verbracht hat. (Hayes und Jeffries 2015, 19f.)

Soziale Ausgrenzung kann jedoch auch viel mehr sein als das: Täter erhalten die soziale Ausgrenzung von Opfern aufrecht, indem sie ihnen Ressourcen, Möglichkeiten und Fähigkeiten entziehen. Das Risiko der finanziellen Unsicherheit, Armut, Obdachlosigkeit und sozialer Isolation von Frauen wird durch emotionalen Missbrauch erhöht. Studien über emotionale Gewalt und häusliche Gewalt können bis zu einem gewissen Grad auch auf Gaslighting angewandt werden. (Hayes und Jeffries 2015, S. 20; Macdonald 2012)

## Anatomie einer Szene: Gaslight (1944)

Da Gaslighting komplex ist, ist es oft schwierig zu erkennen. So wird Gaslighting vom Opfer selbst, als auch von Beobachtern, oft zu spät oder erst gar nicht als psychischer Angriff angesehen, vor allem wenn der Täter besonders raffiniert arbeitet. Um genau dies näher zu beschreiben geht es in diesem Kapitel um eine Szenenbeschreibung aus dem Film ‚Gaslight‘ (1944).

Thriller folgen oft der Regel eines ‚schrägen Grauens‘, eines ständigen Unbehagens an den Vorgängen auf der Leinwand, sowohl für das Publikum als auch für die Figuren, und „Gaslight“ ist da nicht anders. Nach ihren bildschönen Flitterwochen sind Gregory



und Paula in eben jenes alte Haus am Thornton Square eingezogen. Alles scheint zunächst perfekt zu sein, aber die Stimmung schwankt bald, als Gregory Paula scherzhaft vorwirft, vergesslich zu sein. Er behauptet, das sei alles in guter Absicht, er liebe sie dafür, aber der Zuschauer kann deutlich sehen, wie sich Paulas Selbstbild verändert. Sie ist nicht mehr die starke, unabhängige junge Frau, sondern eine vergessliche, willensschwache Hausfrau. Gregory arbeitet an seiner Musik, während sie in dem gigantischen Haus verharrt, und bald versetzen sie die Bemerkungen und das ständige Nörgeln ihres Mannes in so viel Angst, dass sie nicht einmal mehr allein spazieren gehen kann.

Nach einer Weile findet dann auch das eigentliche Gaslighting des Films statt - die psychologische Kriegsführung. Es geschieht subtil – wüsste der Zuschauer nicht schon vorher, was Gregorys Absichten sind, würde es vielleicht unbemerkt bleiben. Paula erhält von Gregory schönen Schmuck, welcher dann bei einem Spaziergang aus ihrer Tasche verschwindet. Sie weiß nicht, dass sich das Schmuckstück nie in ihrer Tasche befand, da Gregory es bereits vorher einsteckte. Ihr liebevoller Verstand konfabuliert, sie müsse es fallen gelassen haben und entschuldigt sich ausgiebig. Ihr Gehirn steht vor einer innerlichen Lücke und sucht so den Fehler bei sich und nicht bei ihrem Ehemann.

So geht es eine ganze Weile weiter: viele Dinge gehen verloren, Gegenstände werden verlegt und sind aus heiterem Himmel nicht mehr auffindbar. Paula versteht es nicht und Gregory auch, zumindest für das Publikum, nicht. Nachts, wenn Paula ganz allein in ihrem Schlafzimmer ist, flackern die Gaslichter des Hauses immer wieder auf, als ob sie etwas Schreckliches vorhersagen. Oder als ob sie doch nicht so allein wäre, wie es scheint. Doch niemand glaubt ihr – nicht einmal die Dienstmädchen, die nie da sind, wenn die Lichter flackern. Es scheint ganz einfach: Paula muss es sich eingebildet haben.

Gregory reagiert bald wütend auf das Versteckspiel. Warum sollte Paula das tun? Warum sollte sie den Ehefrieden stören? Sicherlich muss sie einen Grund haben, sie muss krank sein. Und wenn sie krank ist, muss sie von der Welt abgeschirmt werden, darf nicht allein gelassen werden. Er tut das alles nur zu ihrem Besten. Wenn er sie aus Liebe und Sorge isoliert, wie könnte Paula dann etwas dagegen einwenden? Wie könnte sie das unvernünftig nennen?

Zur Hälfte des Films verbietet er ihr, Besucher zu empfangen: die Nachbarin und ihren Neffen (eigentlich ein Detektiv von Scotland Yard, der ahnt, was vor sich geht), obwohl

Paula selbst sagt, es gehe ihr gut. Gregory beharrt weiter darauf und wird plötzlich verbal handgreiflich. Der Ausbruch schockiert und verängstigt sowohl Paula als auch das Hausmädchen Nancy, obwohl seine Wut so schnell wieder verfliegt, wie sie gekommen ist. Später werden die Zuschauer und Paula herausfinden, dass er keine Besucher wünscht, weil er derjenige ist, der das Licht dimmt und jede Nacht in den Sachen von Paulas Tante herumwühlt, um nach den verschwundenen Juwelen zu suchen. Und er kann, ja darf nicht zulassen, dass jemand herumschleicht und womöglich mitbekommt, was er tut. Aber das weiß Paula zu diesem Zeitpunkt noch nicht. In ihren Gedanken richtet sich Gregorys Wut auf sie, sie hat ihn bis zum Schreien erzürnt. Sie fühlt sich schuldig und zieht sich sichtlich zurück. (George Cukor 1944)

Dann findet die Szene statt, die dieses Kapitel darstellt, nachdem Nancy die Besucher aus dem Haus gejagt hat und Paula im Wohnzimmer schockiert und fassungslos verweilt. Ihr ruhig-fröhlicher Ehemann widmet sich erneut dem Klavier. Es gibt keine Spur von Wut mehr, nichts, was darauf hindeutet, dass gerade irgendetwas passiert ist, abgesehen von Paulas verfolgtem Blick. Es scheint, als ob Paula die Überreagierende sei.

Nach einer Weile erklärt Gregory ihr fröhlich, sie habe sowieso keine Zeit für Besucher, und verspricht ihr geheimnisvoll, sie beide würden ausgehen. Paula versteht zunächst nicht, immer noch deprimiert von der früheren Begegnung, aber nachdem Gregory sie herzlich anlächelt und ihr erklärt, er wolle heute Abend mit ihr ausgehen, ist sie sowohl verwirrt als auch widerwillig begeistert.

„Tun wir das wirklich?“, fragt sie verwirrt. „Das hast du mir nicht erzählt.“ (George Cukor 1944, 49:20 – 49:23) Er antwortet ihr nicht, und dann tut ihr Verstand das, was zuvor wissenschaftlich Konfabulation genannt wurde: Sie normalisiert das Verhalten ihres Missbrauchers und sieht sich selbst als teilweise verantwortlich durch das Vergessen. Auch wenn er ihr in diesem Moment nicht explizit sagt, dass ihre Wahrnehmung der Realität falsch ist, so ist es doch die Schlussfolgerung, zu der er sie bringen möchte. Dass Paula anfängt, an sich selbst zu zweifeln, ist schließlich ganz in seinem Interesse. Er verspottet sie sogar liebevoll dafür: „Paula. Du dummes Kind. Schau doch nicht so. Du hast doch nichts vergessen. Das ist meine Überraschung für dich. Wir gehen heute Abend ins Theater.“ (George Cukor 1944, 49:50 - 50:00)

Sie zu infantilisieren ist eine weitere Methode, sie subtil zu beleidigen. Weil er sie aber sofort mit einem Theaterbesuch belohnt, merkt Paula gar nicht, dass sie schon wieder beleidigt wurde.

Zuvor hatte er ihr verboten, zu einer Musikveranstaltung zu gehen, die eine Freundin ihrer Tante veranstaltete, aber jetzt ändert er kurzerhand seine Meinung und meinte, sie würden doch hingehen. Er weiß, wie sehr Paula Theater und Musik liebt. Das scheint das perfekte Geschenk zu sein - was man als Love Bombing oder Hovering bezeichnet. Er hat bemerkt, dass sie abdriftet, hat gesehen, dass in ihrem Kopf die Alarmglocken läuten. Als Reaktion darauf verwöhnt er sie, damit sie nicht geht. Paula ist ekstatisch nach Wochen der Manipulationen, Beleidigungen und sozialer Isolation. Ihre darauffolgende Freude wirkt so übertrieben, dass man es nur noch schwer glauben kann.

Gregory hält sie in seinen Armen und sagt zu ihr: „Und du dachtest, ich sei grausam zu dir - halte Leute von dir fern - mache dich zu einer Gefangenen“ (George Cukor 1944, 50:15-50:23), was sie bestreitet. In Wahrheit beschuldigte sie ihn nie. Sie dachte nicht einmal daran, auch wenn es ganz offensichtlich wahr ist. Das ist die DARVO-Taktik, er leugnet und wechselt in die Opferrolle - Gregory, der arme, liebende Ehemann. Natürlich würde er so etwas nie tun, er liebt sie ja schließlich. Paula bezeichnete ihn nicht ein einziges Mal als grausam oder gar missbräuchlich, aber für Gregory wurde dennoch seine Autorität angegriffen. Dies ist auch Gaslighting. Wie gehässig und gedankenlos es von ihr ist, ihm zu unterstellen, dass er ihr Kerkermeister ist. Paula entschuldigt sich sogar bei ihm, nennt ihn zwischen tränenreichem Lachen und Küssen „den nettesten Mann der Welt“ und bezeichnet sich selbst als Närrin. (George Cukor 1944, 50:23 - 50:25)

Statt der sozialen Isolation und Erniedrigung einer Frau ist es nun ein reines Missverständnis. Ihr Ehemann wollte sie einfach überraschen und Paula bezichtigte ihn dann mit Übereifer der Grausamkeit. Gaslighting im wirklichen Leben hat oft den gleichen Effekt als Außenseiter. Standpunkt und Sympathie springen von einer Person zur anderen, die Opferrolle wird ausgetauscht.

Doch die Freude währt nicht lange. Denn Gregory wird schlagartig eiskalt. Er will ihr nicht sagen, was es ist, auch wenn Paula ihn regelrecht anfleht. Was hat sie diesmal falsch gemacht? Stattdessen geht er zum Kamin hinüber und starrt in großer Sorge ins Kaminfeuer. Er sagt, dass er sie nicht verärgern will, wenn sie sich jetzt entschuldigt und es zurückstellt, wird er nicht böse sein. Und was macht Paula? Natürlich

entschuldigt sie sich nicht, wenn sie nicht begreift, was nicht in Ordnung ist. Sie fragt erneut, was los ist.

Das kleine Bild an der Wand wurde abgehängt und Gregory fordert sie kalt auf, es wieder dorthin zu stellen. Sie beharrt darauf, dass sie nichts dergleichen tat und spielt nur geistesabwesend darauf an, dass jemand anderes es verlegt haben muss. (George Cukor 1944, 50:00 - 51:00)

Und da Gaslighter andere Außenstehende in ihre emotionale Folter mit einbeziehen, nimmt Gregory dies so auf, dass sie die Dienerschaft des Diebstahls beschuldigt. Er wendet wieder einmal die DARVO-Taktik an: Er leugnet seine eigene Schuld, greift an und unterstellt Paula, dass sie es getan hat, und malt sie dann als die Beleidigte und ihn und ihre Dienerschaft als Opfer ihrer Hinterfragung. Das bringt Paula zur Verzweiflung und sie fleht ihn sogar an, es nicht zu tun.

Gregory ruft ihre Diener herbei und lässt beide die Bibel küssen, dass sie das Gemälde nicht nahmen. Natürlich nicht, Gregory war es. Dies ist auch ein Beispiel für einen Double-Bind. Paula werden zwei ungünstige Optionen präsentiert: Entweder sie gibt zu, dass sie das Gemälde verlegt hat, oder sie muss dasitzen und sich für die Belästigung der Dienstmädchen unglaublich schämen. In ihrer Verzweiflung umklammert Paula die Bibel, küsst sie selbst und schwört, dass sie es nicht weiß. (George Cukor 1944, 51:20 - 55:30)

Er befiehlt ihr, nach dem Bild zu suchen, und weil diese Scharade schon oft gespielt wurde, findet sie es tatsächlich – hinter einer Statue. Gregory nimmt das als Zeichen, dass sie die ganze Zeit wusste, wo es war, aber Paula versichert ihm, dass sie es nur wusste, weil es dort schon zweimal gefunden wurde. Natürlich erinnert sich Paula an dieses Detail, also würde sie selbstverständlich vermuten, dass es wieder dort versteckt wurde. Es ist eine vernünftige Antwort auf eine unmögliche Anschuldigung. Aber Gregory will nicht nur, dass sie ihre Vergesslichkeit akzeptiert, sondern auch, dass sie verschiedene Dinge verlegt hat. Gaslighting ist, wie bereits erwähnt, ein zweifaches Projekt: Er will nicht nur seine Version der Realität in ihr Bewusstsein implementieren, sondern auch, dass sie in ganz bestimmten Fällen Fehler zugibt.

Er befiehlt ihr das Bild wieder aufzuhängen und besser in ihr Zimmer zu gehen. Paulas klägliche Antwort, doch nicht ins Theater zu gehen, ist eine Folge davon, dass Gregory sie entmächtigte und sie ihrer Entscheidungsfreiheit beraubte. (George Cukor 1944, 56:30 - 58:50)

Die nächste Szene zeigt Paula, wie sie versucht, mit ihm zu reden. Sie versucht, ihren Mann dazu zu bringen, ihre Bedürfnisse anzuerkennen: Das Bedürfnis nach Liebe, nach Vertrauen und Anerkennung. Ihre gesamte Version der Realität ist nun von ihm abhängig. Sie braucht ihn, um ihr zu versichern, dass es nicht ihre Schuld ist. Sie braucht seine Beruhigung, so wie Opfer von verbalem Missbrauch oft die Wärme und Anerkennung ihrer Missbraucher suchen.

„Verlass mich nicht!“, schreit sie. „Bleib bei mir! Gregory, nimm mich in deine Arme! Bitte! Bitte!“ (George Cukor 1944, 57:55 - 58:05) Denn ohne ihn ist Paula ganz allein, im übertragenen wie im wörtlichen Sinne. Allein in ihrem Schlafgemach mit den immer wieder aufflackernden ominösen Lichtern, allein mit ihren Selbstzweifeln, und allein mit ihren Gedanken.

Interessanterweise benutzt Gregory in dieser ganzen Szene eher grobe Behauptungen und manipulative Androhungen, als schlagfeste Gründe zu präsentieren: sie soll ihm und seiner Sichtweise einfach bedingungslos glauben. Dieses Verhalten lässt sie nicht dagegen argumentieren und bindet sie an seine Meinung.

Gregory hat es geschafft, dass sie Angst vor sich selbst und ihrer Vergesslichkeit hat, wie sie es verbal ausdrückt: Sie schafft es nicht mehr, allein zu sein.

Paula (still in the doorway)

I'm telling you now. I'm frightened of the house. I hear noises - footsteps. I imagine things - that there are people in the house. I'm frightened of myself now, too!

Abbildung 1: George Cukor 1944 - *Das Haus der Lady Alquist* (George Cukor 1944, S. 100)

Das Zitat ist aufschlussreich, da es ihr Haus und ihren Geist als identisch darstellt - es spukt in ihnen, sie sind unheimlich, wie ein Poltergeist. Emily Dickinson schrieb im Jahr 1863: [7] „*One need not be a chamber to be haunted, One need not be a house; The brain has corridors surpassing Material place.*“ (Dickinson 1960) In diesem Fall hat Gregorys Gaslighting den Verstand seines Opfers in ein buchstäbliches Spukhaus verwandelt.

## Von der Theorie in die Praxis – Resilienz:

Um Opfern von Gaslighting ausreichend zu helfen, kann man mehrere Theorien während der Therapie anwenden. Gaslighting wurde anfänglich oft im Kontext der Psychoanalyse verwendet. (Calef und Weinshel 1981)

Die Fragestellung dieser Bachelorarbeit bezieht sich darauf, wie man Opfern am besten helfen kann. Da es die Aufgabe eines Sozialarbeiters ist, Menschen in schwierigen Lebenssituationen zu helfen und ihnen eine diskriminierungs- und lückenfreie Teilhabe an der Gesellschaft zu ermöglichen, ist das Wissen über Gaslighting auch für Sozialarbeiter enorm wichtig. Im nächsten Teil dieser Bachelorarbeit wird die Theorie der Resilienzförderung zuerst erklärt und dann anhand des Beispiels ‚Paula‘ kurz ausgearbeitet.

Nachdem der Film mit der Inhaftierung Gregorys und Paulas Befreiung endet, schwebt Paulas Leben ziemlich in der Luft. Es wird offengelassen, wie sie mit der Offenbarung, dass ihr Ehemann sie seit Monaten manipulierte und der Mörder ihrer Tante sei, umgehen soll. Wenn man den Film aus dem Jahr 1944 herausnimmt und in das Jahr 2020 befördert, gibt es mehrere Möglichkeiten, wie die Soziale Arbeit hier anknüpfen könnte. Paula könnte zum Beispiel in der Zeitung die Werbung einer Frauenberatung lesen und Interesse daran haben, oder ein Polizist könnte ihr den Ratschlag geben, sich doch mit ihrer Geschichte an einen Krisendienst oder sozialpsychiatrischen Dienst zu wenden. Die genaue Beratungsstelle ist hierbei nicht von Interesse.

Der Sinn dieser Bachelorarbeit ist es, die Aufmerksamkeit zu verlagern und weniger über Täter/Opfer und deren Missbrauchsbeziehung zu sprechen, sondern mehr über die potenzielle Zukunft des Opfers nachzudenken. Wie kann und sollte ein Sozialarbeiter am besten jemandem wie Paula helfen, deren ganze Weltansicht so gewaltsam verändert wurde? Es gibt mehrere Arbeitsweisen, die hier erfolgreich anschlagen können: Psychotraumatologie, die systemische Beratung, und weiteres. Die in dieser Bachelorarbeit gewählte Theorie ist die der Resilienzförderung. Dazu möchte ich einen Blick auf das werfen, was wir als „Resilienz“ bezeichnen, und analysieren, wie die Faktoren in Paulas Leben und Psyche zu ihrer Genesung beitragen können und ob sie das vielleicht sogar bereits getan haben.

Die Resilienzförderung ist passend, da sie versucht, Schicksalsschläge sowohl als Gefahr als auch als Chance zu sehen. Es ist genau diese positive Grundeinstellung der Theorie, die den Überlebenden emotionaler Gewalt und Gaslighting helfen soll, wieder

stückweise ins normale Leben zurückzukehren. Es ist wichtig, nicht nur wieder Fuß zu fassen, sondern nach einer der arten Manipulation wie Gaslighting, wieder Vertrauen in sich selbst und seine Wahrnehmungen zu gewinnen. Dies setzt jedoch voraus, dass der Klient nicht mehr in akuter Gefahr ist.

### Resilienz:

Trotz der breitgefächerten Theorie ist der Begriff „Resilienz“ schwer zu definieren und oft werden von jedem Theoretiker unterschiedliche Aspekte betont und entsprechende Zusammenhänge hergestellt. In der Psychologie wird häufig darüber diskutiert, welche Eigenschaften einen Menschen dazu befähigen, Schicksalsschläge und traumatische Erfahrungen zu überwinden und so wenig wie möglich bis gar keinen Schaden daran zu nehmen. Um diese inhärenten menschlichen Fähigkeiten zu beschreiben, benutzen Psychologen den Begriff „Resilienz“, welches sich aus dem lateinischen Verb „resilire“ ableitet. „Resilire“ bedeutet so viel wie „zurückspringen, abprallen“. Der Begriff wurde verwendet, um widerstandsfähige Kinder zu beschreiben, die sich trotz prekärer Lebenssituationen wie Armut etc., normal entwickelten. (Martens und Begus 2018, S. 23–25; Werner und Smith 1992)

Während man früher annahm, dass Resilienz eine angeborene Fähigkeit sei, weiß man heute, dass sich Resilienz zusätzlich in einem Interaktionsprozess zwischen Individuum und Umwelt bildet, steigern lässt und so erlernbar ist. Die Resilienz eines einzelnen Menschen ist kein statischer Begriff, der einem in die Wiege gelegt wurde, sondern ein „dynamischer Anpassungs- und Entwicklungsprozess“ (Fröhlich-Gildhoff und Rönnau-Böse 2019, S. 10), der das gesamte Leben lang andauert. Mittlerweile gibt es ein eigenständiges Feld der Psychologie, die sich auf die Erforschung dieser inneren Fähigkeiten spezialisiert hat: Sie nennt sich Resilienz-Forschung. Durch eine Reihe von Strategien können diese einzelnen Resilienzfaktoren gestärkt werden. Resilienz kann jedoch nur dann auftreten und Bedeutung erlangen, wenn es eine Krisensituation gibt, die den Menschen aus der Bahn wirft. (Martens und Begus 2018, S. 24)

Um fallspezifisch mit dem Begriff zu arbeiten, bezieht sich diese Bachelorarbeit auf die im deutschsprachigen Raum allgemein anerkannte Definition von Resilienz von Wustmann, die sowohl externale als auch internale Kriterien mit einbezog. Sie definiert Resilienz als „die psychische Widerstandsfähigkeit gegenüber biologischen, psychologischen und psychosozialen Entwicklungsrisiken“ (Wustmann 2004, S. 18)

Welter-Enderlin (2008) schrieb auch eine Erklärung, die sie für den internationalen Kongress mit dem Thema „Resilienz – Gedeihen trotz widriger Umstände“ im Frühjahr 2005 verfasste. Diese Definition verdeutlicht noch die sozialen Schutzfaktoren, wie z.B. eine stabile emotionale Bezugsperson und eine gesunde Familienkonstellation, die für die gesunde Entwicklung eines Kindes sowie für die Resilienzförderung Erwachsener einen hohen Stellenwert haben. (Welter-Enderlin 2008, 12f.)

*„Unter Resilienz wird die Fähigkeit von Menschen verstanden, Krisen im Lebenszyklus unter Rückgriff auf persönliche und soziale vermittelte Ressourcen zu meistern und als Anlass für Entwicklung zu nutzen. (Welter-Enderlin und Hildenbrand 2008, S. 13)*

Resilienz bzw. resilientes Verhalten zeigt sich also dann, wenn ein Individuum eine Situation erfolgreich bewältigt hat, die als risikoe erhöhende stressreiche Gefährdung für die Entwicklung angesehen wird. Resilienz ist damit keine Persönlichkeitseigenschaft, sondern immer daran abhängig, ob eine Risikosituation besteht und der Mensch diese positiv aufgrund vorhandener Fähigkeiten bewältigt und Nutzen aus ihr zieht. (Fröhlich-Gildhoff und Rönnau-Böse 2019, S. 10)

Resilienzfaktoren können jedoch auch nicht als statische Definitionen aufgezeigt werden, da mehrere Studien das Ergebnis geliefert haben, dass Faktoren in unterschiedlichen Situationen für das Individuum positive oder negative Auswirkungen haben kann. Eine überdurchschnittliche Intelligenz wird zum Beispiel von vielen Studien als ein rein positiver Resilienzfaktor angesehen. Intelligenz kann jedoch auch dazu führen, dass Menschen ihre Umwelt differenzierter wahrnehmen und somit sensibler auf Stress reagieren. Man sieht Resilienz also nicht mehr als allgemeingültige Bereiche, sondern als situationspezifische Ausformungen bestimmter menschlicher Fähigkeiten. Es wird sogar von einer multidimensionalen, bereichsspezifischen Resilienz mittlerweile gesprochen. (Fröhlich-Gildhoff und Rönnau-Böse 2019, S. 12)

Im englischsprachigen Raum wird oft die Definition von Masten und Obradovic verwendet: [8] *“resilience refers to the processes of, capacity for, or patterns of positive adaptation during or following exposure to adverse experiences that have the potential to disrupt or destroy the successful functioning or development of the person.” (Masten und Obradović 2008)*

Da sich die Resilienzforschung nicht nur mit der positive Entwicklung at Risk Jugendlicher und Kinder beschäftigt, sondern auch damit, wie Menschen es schaffen, sich möglichst schnell von einem traumatischen Ereignis zu erholen, ist sie für



Gaslighting besonders geschaffen. Die Resilienzforschung ist ressourcen- und nicht defizitorientiert, was nach einer traumatischen Erfahrung wie emotionaler Gewalt sehr sinnvoll sein kann. Menschen sind also aktive Bewältiger ihres eigenen Lebens und durch soziale Unterstützung und Hilfestellungen gewinnen sie die Chance, mit den erlebten traumatischen Situationen erfolgreich umzugehen und ihnen nicht nur hilflos ausgeliefert zu sein. Es geht dabei nicht darum, die Schwierigkeiten und Traumata zu ignorieren, sondern die Kompetenzen und Ressourcen eines individuellen Menschen zu fördern, um ihm bei seiner Genesung zu helfen. Die Resilienzforschung geht nicht von einer problematischen Unverletzbarkeit aus. Sie sieht ein, dass kein Mensch absolut unverwundbar ist und nie Schicksalsschläge sofort ohne eine Trauer/Angst/Wutphase übersteht. (Fröhlich-Gildhoff und Rönau-Böse 2019, S. 12)

Im Buch „Resilienz im Erwachsenenalter“ schrieb Bernhard Leipold darüber, wie die Resilienzforschung weiter weg vom Blick auf die Kindheit oder Adoleszenz gesehen werden kann. Leipold macht den Vorschlag, Resilienz als ein „relationales Konstrukt“ zu sehen, welches lebensübergreifend agiert. (Leipold 2015, S. 32) Leipold schrieb, dass sich die Resilienz aus mehreren Teilen zusammensetzt und dass diese Teile unter einer Wechselwirkung stehen. Resilienz ist also keine stabile Eigenschaft des Menschen, sondern hängt immer von den Risikofaktoren ab. (Leipold 2015, S. 32)

Inwiefern Stresssituationen dem Individuum schaden, hängt von den „Prozessen der Adaption“ ab. (Leipold 2015, S. 32) Für die Assimilation nimmt er die Definition von Piaget, in der „kognitive Vorgänge gemeint [sind], bei denen ein vorhandenes kognitives Schema auf verschiedene Situationen angewendet und beibehalten wird.“ (Leipold 2015, S. 24) Akkommodation beschreibt er als „bestimmte Schemata [, die] sachgemäß revidiert [werden]“, die sich also verändern. (Leipold 2015, S. 24)

### Resilienz Ursachen:

Unter den Ursachen der Resilienz werden die Ereignisse verstanden, die als „kritisch“ oder belastende Stresssituation vom Individuum wahrgenommen und bewertet werden. Sie lösen Bewältigungsstrategien aus. (Filipp und Aymanns 2010)

Es wird oft das Konzept der Krisen-Episoden verwendet. Dies untersucht die typischen Krisensituationen in den jeweiligen typisch-gesellschaftlichen Lebensabschnitten eines Menschen. Kritisch erlebt werden im Erwachsenenalter zum Beispiel Krankheiten, finanzielle Notlagen, Stress im Beruf oder in der Familie. (Leipold 2015, S. 42) Des Weiteren ist es in jedem Lebensabschnitt des Menschen auch eine hohe Belastung,

Opfer oder Zeuge von Opfer-, Gewalt oder Kriminalitätserfahrungen zu sein, sowie Verlusterfahrungen, traumatische Erlebnisse oder Naturkatastrophen. (Leipold 2015, S. 42)

### **Ressourcen:**

Es wird angenommen, dass Menschen versuchen, ihre Ressourcen aufrechtzuerhalten. Unter Ressourcen versteht man Merkmale, Objekte, kognitive Prozesse, Gesundheit oder soziale Beziehungen, die zum Überleben notwendig oder zur Beschaffung weiterer Ressourcen oder Bewältigung von Entwicklungsaufgaben nützlich sind. Genau diese Ressourcen haben einen instrumentellen oder identitätsstiftenden Wert und ihr Verlust löst enormen Stress beim Individuum aus. (Leipold 2015, S. 61)

So sind positive Beziehungen, Menschen, auf die sich eine Person stützen kann, eine große persönliche Ressource und können dabei helfen, von der Klippe der emotionalen Gewalt zurückzukehren. Verluste von eben diesen Bezugspersonen können das individuelle Gestaltungspotential in schwierigen Lebenssituationen einschränken.

### **Resilienztraits:**

In der Resilienzforschung wird zwischen relationalen, situationsspezifischeren und personenorientierten Ansätzen unterschieden.

Die personenorientierten Ansätze setzen sich mit der Frage auseinander, was resiliente von nicht resilienten Personen unterscheidet. Resilienz wird hierbei definiert als eine situationsübergreifende, stabile Eigenschaft, die auch Dispositionen oder traits genannt werden. (Leipold 2015)

Bei der Ich-Resilienz zum Beispiel beschäftigen sich Forscher mit der sogenannten Ich-Kontrolle, also wie viel Kontrolle ein Mensch seinen Impulsen gegenüber hat, was individuell sehr schwanken kann. Die Ich-Resilienz bezeichnet also die dynamische Fähigkeit von Personen, das Ausmaß an Ich-Kontrolle zu verändern, wenn es die Situation erfordern sollte. (Leipold 2015, S. 27)

Des Weiteren beschäftigen sich personenorientierte Ansätze auch mit dem Konzept einer spezifischen Widerstandsfähigkeit, hier hardiness genannt. Hardiness ist die Fähigkeit des Menschen, während Krisensituationen über mehr Selbstverpflichtung,

sowie mehr interne Kontrollüberzeugungen zu verfügen und Veränderungen als Herausforderung zu interpretieren. (Leipold 2015, S. 28)

Skodol schrieb 2010 von mehreren Resilienztraits beziehungsweise Eigenschaften, die in empirischen Studien als vorteilhaft identifiziert wurden. Sie sollten stabil im Leben des Menschen vorhanden sein. Einige davon sind:

- Selbstwert und Selbstakzeptanz
- Selbstvertrauen und Selbstwirksamkeit
- positive Zukunftsorientierung
- interpersonale Kompetenzen (Freundlichkeit, soziale Verträglichkeit) (Skodol 2010, S. 114; Leipold 2015, S. 97)

### Die Psychologie der Lebensspanne:

Die Psychologie der Lebensspanne ist die Grundlage der Resilienzförderung. Es handelt sich um einen Ansatz, der das Zusammenspiel von biologischen, psychologischen und kulturellen Faktoren im Erwachsenenalter theoretisiert und somit die Entwicklung im Erwachsenenalter zu charakterisieren und erklären versucht. (Leipold 2015, S. 43)

Der Forscher Paul Baltes verwendete den Begriff des „biokulturellen Co-Konstruktivismus“ (biocultural co-constructivism). (Baltes et al. 2006) Die menschliche Entwicklung wird durch allgemeine neuronale Aktivitäten, körperliche Vorgänge der Anpassung und zu guter Letzt genetische Dispositionen geformt. Dies geschieht in ihrem wechselseitigen, stetigen Austausch mit der soziokulturellen Umwelt und deren gegebenen Rahmenbedingungen. (Baltes et al. 2006, S. 3–39)

Wichtig für das Verständnis ist die Multikausalität, die Multidimensionalität und die Multidirektionalität von Entwicklungsverläufen. Multikausalität beschreibt die Abhängigkeit der Entwicklungsverläufe und -gewinne von multiplen Bedingungen, Multidirektionalität handelt vom Zusammenspiel der Kultur und Biologie. Von der Art der kulturellen und gesellschaftlichen Bedingungen hängt es ab, wie sich einzelne Funktionsbereiche entwickeln werden. Entwicklungsverläufe sind also multidirektional. Die Multidimensionalität bedeutet schlussendlich, dass Resilienz auf verschiedenen Ebenen zum Ausdruck kommt. (Leipold 2015, 45f.)

Staudinger et al. gingen der Frage nach, was Resilienz im Erwachsenenalter ausmacht. Die Plastizität ist ein bislang noch nicht befriedigend ermitteltes Konzept für

die Resilienz. Plastizität bedeutet so viel, wie die Fähigkeit der Formbarkeit eines Organismus, also sein Potential, neue Strukturen einzunehmen. Ein Individuum kann also adaptiv auf Umwelteinflüsse reagieren und sich dementsprechend verändern und so Zustände des Ungleichgewichts ausgleichen. (Leipold 2015, 47f)

Ein wichtiges Modell der Resilienz ist auch das SOK-Modell, also die Selektion bei der Auswahl der eigenen Ziele, Optimierung der Kompetenzen und Kompensation durch Strategien. Es wird angenommen, dass negative Entwicklungsverläufe und -Nachteile durch Strategien und kluges Ressourcenmanagement in bestimmten Bereichen kompensiert werden können. (Leipold 2015, S. 48)

### **Entwicklungseinflüsse:**

In Krisenzeiten wirken bereits gelernte normativ-lebenszyklische, normativ-historische oder nicht-normative Einflüsse auf die Entwicklung des Individuums ein. Sie verändern und begünstigen so die individuelle Anpassungsfähigkeit.

*Normativ-lebenszyklische* Veränderungen sind Veränderungen im Leben, die basierend auf dem Lebensalter und/oder Abschnitt, als normal angesehen werden, so wie zum Beispiel der Umzug in das Eigenheim. In manchen Gesellschaften ist es zum Beispiel gesellschaftlich als normal angesehen, bis ins mittlere Alter bei seinen Eltern zu bleiben. (Leipold 2015, S. 51)

Zu den *normativ-historischen* Einflüssen zählen Veränderungen und politischen Wandel, die eine Gesellschaft verändern können, wie zum Beispiel Modernisierung, Inklusion, Wirtschaftskrisen und auch Krieg oder Naturkatastrophen. Diese Einflüsse betreffen alle Menschen, die in eben dieser geschichtlichen Periode leben. Auswirkungen kriegsbedingter Einschränkungen sowie durch den Krieg geförderte Bewältigungsstrategien mögen späteren Generationen jedoch unverständlich erscheinen. (Leipold 2015, S. 51)

Die *nicht-normativen Einflüsse* bezeichnen individuelle Krisen und kritische Lebensereignisse. Sie sind dadurch gekennzeichnet, zufällig einzutreten, komorbid mit psychischen und körperlichen Erkrankungen einhergehen und einen enormen Stress auslösen. Menschen sehen sich in solchen Ausnahmesituationen gefangen, eine direkte, problemorientierte Bewältigung fällt schwer, da solche Situationen schwer vorhersehbar sind und so nicht präventiv gegen sie gearbeitet werden kann. Weiteres dazu wird im nächsten Kapitel besprochen. (Leipold 2015, S. 51)

## Risiken und deren Schutzfaktoren:

Risiken sind besondere Herausforderungen im Lebens eines Menschen. Der Begriff des „High-risk-child“, also des Hoch-Risiko-Kindes, wurde von Werner eingeführt und beschreibt, um welche Bewältigungsleistung es beim Auftreten von Resilienz geht. (Werner und Smith 1992)

Solche Risiken werden unterschieden in diejenigen, die ihren Ursprung bei persönlichen Merkmalen oder Eigenschaften der Person haben (personale Risiken), durch die familiäre Lage (familiäre Risiken) oder soziales Umfeld bedingt sind oder auch ganz von außen kommen (soziale und milieubedingte Risiken). (Zander und Roemer 2016, S. 52)

Diese Risiken lösen wiederum sogenannte Schutzfaktoren aus, welche die Gesundheit eines Menschen schützen. Diese Schutzfaktoren können von außen erkennbar sein oder vollkommen in der Psyche des Menschen stattfinden. Obwohl sie je Ansatz und Theoretiker unterschiedlich beschrieben sind, lassen sie sich dennoch in die wie bereits oben verwendeten drei Ebenen unterscheiden:

- Personale Schutzfaktoren (Körperliche und seelische Gesundheit, erworbene Fähigkeiten wie Flexibilität, Problemlösefähigkeit)
- Familiäre Schutzfaktoren (Sichere Bindung zu einer Bezugsperson, positives Familienklima, gewaltfreie Erziehung, Zuwendung und Unterstützung sowie Vorbilder für positive Bewältigungsstrategien)
- Schutzfaktoren des weiteren sozialen Umfeldes (Ersatzbeziehung zu einer Person außerhalb der Familie, tiefgründige Freundschaften mit Gleichaltrigen)

Diese Risiken und Schutzfaktoren stehen in einer Wechselwirkung zueinander. Jedoch gibt es nicht für jedes Risiko einen spezifischen Schutzfaktor als Gegenmittel. Was sich in einer bestimmten Konstellation als Schutzfaktor erweist, kann sich in einer anderen sehr gut als zusätzliche Gefährdung herausstellen. Hierzu gibt es bestimmte Grundannahmen der Resilienzförderung, so genannte Modell. Die Risiken können durch Schutzfaktoren kompensiert und so ihr Schaden vermindert werden (Kompensationsmodell) und durch die positive Bewältigung dieser die Resilienzfähigkeit weiter gestärkt werden (Herausforderungsmodell). Die oben genannte situative, wechselseitige Beziehung zwischen Risiko- und Schutzfaktoren wird das Schutzfaktorenmodell genannt. Zu guter Letzt wird noch ein Kumulationseffekt angenommen, dass also eine Ansammlung von Risikofaktoren die Wirkung der

Schutzfaktoren potenziert beziehungsweise andersherum (Kumulationsmodell). (Wink 2016, S. 53)

### **Gewalterfahrungen im Erwachsenenalter:**

Kritische Lebensereignisse und Krisen lassen sich im Vergleich zu den normativtypischen Entwicklungsaufgaben eben nicht voraussagen oder vorarbeiten. Sie stellen Wendepunkte im Leben dar und bezeichnen deutliche Einschnitte im normalen Alltag eines Individuums. Sigrun-Heide Filipp beschrieb Krisen als raumzeitliche Verdichtungen eines Geschehen Ablaufs, die sich lokalisieren lassen, einen unsicheren Ausgang haben und Stadien des Ungleichgewichts erzeugen. Krisen können entweder kollektiv zu bewältigen sein, so wie eine globale Pandemie oder ein Tsunami, oder sie können individuell Schaden anrichten. (Filipp und Aymanns 2010, 14f.)

Menschen versuchen, ihren Selbstwert aufrecht zu erhalten, um sich innerliche Sicherheit zu verleihen. Die Konzeption des „tripartite security system“, zu Deutsch ein dreigliedriges Sicherheitssystem, von Hart, Schaver und Goldenberg beschäftigte sich mit eben diesem menschlichen Sicherheitsgefühl und postuliert, dass Sicherheit gebunden an drei Komponenten sei: „die Einschätzung, geliebt, wertgeschätzt und beschützt zu sein, ein hohes Maß an Selbstachtung und Selbstwertschätzung sowie die Verortung in einer Welt, in der die Dinge vorhersehbar und geordnet sind, in der es gerecht zugeht und nichts sinnlos ist.“ (Filipp und Aymanns 2010, S. 46; Hart et al. 2005)

Werden diese Bestandteile ausreichend erfüllt, fühlt sich ein Mensch sicher. Diese oft falsche, verherrlichte Wahrnehmung der Realität erlaubt es dem Individuum, sich selbst als unsterblich zu sehen. Wird diese Wahrnehmung eines Besseren belehrt oder abrupt zerstört, kann dies zu enormem Stress führen. Es wird sehr schwierig, den Sinn im Erlebten zu sehen und zurück in den Alltag zu kehren. Vor allem bei menschengegebenen Krisen, wie zum Beispiel Opfer von häuslicher Gewalt zu sein, leiden die Menschen. Gesellschaftlich betrachtet ist es eine soziale Norm, seiner Familie, beziehungsweise seinem Ehemann vollkommen zu vertrauen und sich geborgen bei ihm zu fühlen. Wird dieses Vertrauen dann jedoch grundlegend verletzt, fühlt sich das erschütternd an. (Filipp und Aymanns 2010, 46f.)

Krisen führen dazu, dass sich die Person vollkommen darauf konzentriert und über nichts anderes mehr denken kann. Sie aktivieren eben diese Vergleiche, die einem

Menschen an seinem Ideal und seinem Ist-Zustand zweifeln lassen. Krisen, egal welche, stellen im Gedächtnis des Überlebenden den Wert der eigenen Person in Frage. (Filipp und Aymanns 2010, 46f.)

Besondere Beachtung hat das öffentliche (oder soziale) Selbst gefunden. Die „Social Self-Preservation Theory“ von Dickerson, Gruenewald und Kemeny geht davon aus, dass Bedrohungen des öffentlichen Selbstbildes nicht weniger stressig für Personen sind als Bedrohungen der physischen Gesundheit. Menschen fühlen ein Basisbedürfnis nach sozialer Anerkennung, öffentlicher Wertschätzung und Zugehörigkeit. Die Theorie gibt an, dass der Schutz des sozialen Selbst durch das System der sozialen Selbsterhaltung geleistet wird. Es überwacht die Umwelt des Menschen mit Blick auf mögliche Bedrohungen und koordiniert die richtige Antwort sowie eine intensive, körperliche und geistige Stressreaktion im Bedrohungsfall. (Dickerson et al. 2009; Filipp und Aymanns 2010)

Es gibt auch das „Activity Restriction Model“ von Williamson und Shaffer, das vor allem den Blick darauf wirft, wie sehr ein traumatisches und/oder kritisches Ereignis Einschränkungen des normalen Aktivitätsradius erzeugt. Das Ausmaß der Aktivitätseinschränkung entscheidet dann schlussendlich die Schwere und Intensivität der emotionalen Folgen (wie z.B. PTBS), die gesundheitsbezogenen Ereignisse betreffen. (Filipp und Aymanns 2010, S. 49)

Gaslighting schränkt den normalen Aktivitätsradius des Opfers enorm ein und gefährdet ihr soziales Selbstbild. Missbraucher fordern oft die komplette Aufmerksamkeit ihrer Opfer. Situationen des Gaslightings erzeugen auch oft ein Ohnmachtsgefühl. Opfer stehen den Vorwürfen des Täters ratlos entgegen.

## **Resilienzförderung in der Sozialen Arbeit:**

Im nächsten Kapitel soll beschrieben werden, wie Resilienz im Kontext der sozialen Arbeit angewendet werden kann und wie Sozialarbeiter die Resilienzfaktoren eines Menschen aufbauen oder verbessern können. Sozialarbeiter haben es in ihrer beruflichen Praxis mit Kindern oder Erwachsenen zu tun, welche mit unerwarteten Risiken oder sogar Lebenskrisen konfrontiert sind, zu deren Bewältigung sie Unterstützung von außen benötigen. Die seelische Widerstandsfähigkeit eines Menschen lässt sich durch gezielte professionelle Intervention fördern. (Zander und Roemer 2016, S. 49–55)

Die Profession der Sozialen Arbeit ist ein auf eigenes Handlungswissen und theoretische Grundlagen gegründetes Interventionssystem der Gesellschaft. Ihre Aufgabe ist es, soziale Probleme zu erkennen, zu lösen, zu lindern oder deren Entstehen durch Präventivmaßnahmen zu verhindern. Sie bieten Beratung, Unterstützung und Hilfe bei der Bewältigung alltäglicher Lebensfragen und Lebenskrisen an, insbesondere bei sozialer Benachteiligung. Im Hinblick auf die Sozialpädagogik ist die Profession auch erzieherisch und bildend tätig. Sozialarbeiter sehen sich auch in einer politisch aktiven Rolle. (Zander und Roemer 2016, 55f.)

Die Sozialarbeit hat eine weitgehend konforme Definition der Resilienz mit jener der Psychologie entwickelt, zeigt jedoch auch Verbindungen zur Sozialmedizin und zur Salutogenese auf. Resilienz ist im sozialpädagogischen Kontext ein Phänomen menschlichen Verhaltens. (Zander und Roemer 2016, S. 56)

Die Förderbarkeit von Resilienz sollte Sozialarbeitern bei der Arbeit mit sozialbenachteiligten Menschen im Klaren sein. Im Interesse der Betroffenen, aber auch zur Optimierung der eigenen Konzepte und Strategien, arbeiten Sozialarbeiter weitestgehend dahin, das Auftreten der Resilienz nach einer Krise zu fördern und öfter eintreten zu lassen. Eine sorgfältige Dokumentation und Evaluation dieser Ergebnisse können dann zur Lückenfüllung in der Resilienzförderung genommen werden. (Zander und Roemer 2016, 56f.)

Sozialarbeiter sehen sich als Akteure und externe Unterstützung dieser äußeren Schutzfaktoren, geboren aus praktischer Berufserfahrung. Sozialarbeiter optimieren gegeben falls die gesellschaftlichen und äußeren Umweltfaktoren zum Gunsten des Klienten. Die Idee ist es, „durch Installation ausreichend vieler Schutzfaktoren das Resilienzpotenzial stimulieren [zu] könne[n]“, so Zander und Roemer. (Zander und Roemer 2016, S. 57)

### **Die fünf Bausteine der Resilienz:**

Bei der Förderung der Resilienz des einzelnen Menschen kann es eine große Hilfe sein, sich auf die Beiträge der Resilienzforscherin Edith Grotberg zu beziehen. Sie erarbeitete 1999 ein Manual für die Praxis, „Countering Depression with the Five Building Blocks of Resilience“. Sie redet darin von Merkmalen der inneren Stärke, Formen der äußeren Unterstützung, sowie von zu erwerbenden und förderbaren Fähigkeiten der Kinder, mit denen sie arbeitete. Grotberg verwendet hier die Sätze „Ich habe, ich bin, und ich kann“ („I have, I am, I can“). (Grotberg 1999) Ein Kind sollte



demnach sagen können, dass es Menschen hat, die ihm bei Gefahr helfen, dass es auf bestimmte eigene Stärken vertraut und sich diese zu Nutze machen kann oder dass es in der Lage ist, allein Lösungen für Probleme zu finden. In anderen Fällen kann dies auch ein erwachsener Hilfesuchender sein. (Zander und Roemer 2016, 58f.)

Sie spricht hier von bestimmten „Building Blocks“, also Bausteinen der Resilienz, mit denen gearbeitet werden kann. Diese sind in der englischen Erstausgabe folgende: Trust, Autonomy, Initiative, Industry, Identity. (Grotberg 1999)

Vertrauen beschäftigt sich mit den Menschen, bei sich der Klient in schwierigen Situationen Hilfe holen kann. Als Sozialarbeiter ist es wichtig, eine vertrauensvolle Beziehung zu jedem Einzelnen oder zu jeder Gruppe aufzubauen. Das erreicht man durch Zuverlässigkeit und einem respektvollen Umgang. Man sollte Geheimnisse nicht weiter verraten und jeden Klienten als geschätzte und wichtige Person sehen und sie auch so behandeln. Nachdem die Sozialarbeiter eine vertrauensvolle Beziehung zu den Jugendlichen aufgebaut hat, kann sie die Klienten dabei bestätigen, andere Personen zu finden, denen sie vertrauen können. (Grotberg 1999)

Im zweiten Schritt geht es darum, Autonomie, Unabhängigkeit und Vertrauen in sich selbst bei den Klienten zu fördern. Es ist wichtig, zu akzeptieren, dass jeder Mensch Fehler macht, aber dass man von seinen Fehlern auch lernen kann. (Grotberg 1999)

Bei der Initiative geht es darum, die Fähigkeit und Bereitschaft zum Handeln zu fördern. Der Jugendliche soll animiert werden, jemanden zu kontaktieren, der ihm hilft, ein Problem zu lösen und dann, unabhängig vom Sozialarbeiter, Ideen und Lösungen hierfür zu entwickeln. (Grotberg 1999)

Es soll geübt werden, fleißig an einer Aufgabe zu arbeiten. Der Jugendliche soll die gelernte Selbstständigkeit und Unabhängigkeit nutzen, um Arbeiten gewissenhaft zu erledigen, Aufgaben abschließen, wissensbegierige Fragen stellen und Verantwortung für sein eigenes Handeln übernehmen. Des Weiteren ist es auch wichtig, Kooperationsbereitschaft beim Klienten zu entwickeln. (Grotberg 1999)

Die letzte Aufgabe geht darum, sich mit dem Klienten die Frage zu stellen, wer er ist, was ihn ausmacht, was ihm guttut und wie er plant, sein Leben zu leben oder fortzuführen. Gesunde familiäre Bindungen sollten aufrechterhalten werden und sie sollten eventuell zum Vorteil des Jugendlichen leicht verändert werden. Man sollte abschließen können und sich auf übermäßig stimulierende Aktivitäten einlassen. Der Sozialarbeiter sollte dabei helfen, einige gute soziale und problemlösende Fähigkeiten

zu entwickeln. Es geht auch darum, eigene Maßstäbe mit denen anderer in ihrer Gesellschaft zu vergleichen, die Planung zu erweitern und den Klienten dazu zu bringen, auf konstruktive, lohnende Weise über die Zukunft nachzudenken. (Grotberg 1999)

## Resilienzförderung im Fall ‚Paula‘:

Um die Theorie der Resilienz bei einem Opfer von Gaslighting auszuprobieren, werden die Theorien der Resilienzförderung auf den Fall Paula im Film ‚Gaslight‘ von 1944 angewendet. Da der Fall jedoch im Kontext eines 40er Jahre Films im 20. Jahrhundert verankert ist, verschiebt diese Bachelorarbeit ihn in das 21. Jahrhundert und theoretisiert, dass man Fällen wie Paula auch in der Praxis begegnen könnte.

Dies soll kurz angeschnitten werden, um zu erklären, wie das Wissen über Gaslighting SozialarbeiterInnen von großem Nutzen sein kann, um mit Fällen dieser Art emotionalen Missbrauchs in der Praxis zu arbeiten.

Resilienz ist, wie bereits erwähnt, ein Interaktionsprozess zwischen Individuum und Umwelt, also die Interaktion zwischen Paula und ihrer Umwelt, ihrer Erziehung und ihrer mit Gaslighting gefüllten Ehe. Es ist die Fähigkeit, Krisen im Lebenszyklus unter Rückgriff auf persönliche und sozial vermittelte Ressourcen zu meistern und es als Anlass für Entwicklung und Lernerfahrung zu sehen. Vulnerabilitätsfaktoren beziehungsweise Resilienz Ursachen sind hier im Film ‚Gaslight‘ die Manipulation ihres Ehemanns und die damit einhergehende soziale Isolation und Stressfaktor, sowie der Mord an ihrer Tante.

Es gibt zwei Arten, auf solch eine stressige Situation zu reagieren: Assimilation oder Akkommodation. Wenn das Gaslighting des Täters erfolgreich ist, wird das vorhandene eingetrichterte kognitive Schema auf weitere Situationen angewendet und beibehalten. Assimilation wäre also, wenn Paula weiterhin denkt, dass sie verrückt sei und, dass man ihrer Wahrnehmung und Bewertung der Situation nicht vertrauen kann. Sie würde das Gaslighting ihres Ehemannes als objektive Wahrhaftigkeit ansehen. Versucht sie jedoch, die Thesen ihres Ehemanns auf Richtigkeit zu überprüfen, merkt sie schnell, dass hier etwas nicht stimmt. Die Gedanken „Ich bin verrückt“, „meiner Wahrnehmung kann man nicht vertrauen“, „ich verlege Dinge“ werden also auf Richtigkeit mit der Realität geprüft und so adaptiert und verändert. Sie verändern sich dann zu der Auffassung, dass ihr Ehemann sie manipulierte und sie dabei keine Schuld trägt. Dies nennt man Akkommodation. Sozialarbeiterische Intervention kann hier enorm von

Vorteil sein. Nur eine Person, die über das richtige Vokabular verfügt, um ihre psychische Gewalt zu definieren, kann sicher ihr Trauma benennen. Psychoedukative beraterische Gespräche können helfen, den Schleier um das Geschehene zu lüften und dem Opfer ein bisschen Klarheit zu schaffen.

Bei Paula sind die kognitiven Prozesse, die man Ressourcen nennen könnte, nur schwer zu ermitteln, so kann man jedoch sehen, dass sie trotz der sozialen Isolation Freunde aus ihrer Kindheit, Bekannte ihrer Tante, hat und diese ihr von Nutzen bei der Aufarbeitung dieser schwierigen Zeit sein könnten. Auch ihr Gesangslehrer, Signor Guardi scheint eine positive soziale Rolle in ihrem Leben gespielt zu haben. Oper und Musik kann als identitätsstiftende Ressource gesehen werden. Gaslighting sorgt dafür, dass das Opfer sich in seiner eigenen Identität nicht mehr bewusst fühlt, also kann es eine resilienzfördernde Maßnahme sein, zusammen mit dem Opfer identitätsstiftende soziale Beziehungen oder Hobbies zu erarbeiten, welche zur Genesung und psychischen Gesundheit der Person beitragen können.

Bestimmte Resilienztraits Paulas sind im Film schwer zu erkennen. Der Film ‚Gaslight‘ ist lediglich eine Situationsaufnahme über ein kritisches Ereignis in ihrem Leben. Resilienztraits sind stabil im Leben des jeweiligen Menschen vorhanden. Sie verfügt jedoch über interpersonale Kompetenzen und ist Fremden freundlich und verständnisvoll eingestellt, was durch mehrere Szenen im Film nachzuweisen ist, in denen sie mit Fremden im Zug oder auf der Straße freundlich und warmherzig umgeht. Es zeigt jedoch anfänglich von Selbstvertrauen, dass sie Gregorys Heiratsantrag am Anfang skeptisch eingestellt ist, was durchaus eine positiver, zu fördernder Resilienztrait sein kann. Sie hat Einwände, da sie ihn ja kaum kennt. Gregory überstimmt sie jedoch.

Paula leidet unter enormen familiären Risiken: ihre Tante wurde, als Paula ein Kleinkind war, ermordet und der Mörder wurde nie gefasst, ihr Ehemann gaslighted sie und versucht, sie in eine Psychiatrie zu bringen. Weder das Gaslighting noch der Tod ihrer Tante waren voraussehbare Ereignisse. Sie waren Wendepunkte in Paulas Leben, genauso wie ihre Hochzeit, ihre Ehe und die Verhaftung ihres Ehemannes, und zeigen deutliche Schnitte im normalen Alltag. Ihr Ehemann isoliert sie enorm und verändert so ihren normalen Alltag. Gregorys Gaslighting führt zu bestimmten Stadien des Ungleichgewichts: Paulas Selbstwert, Selbstvertrauen und Selbstwahrnehmung werden durch Gregorys missbräuchliche Manipulation angegriffen, was zu einer

zutiefst verunsichernden Inkongruenz führt. Nach diesem Vorfall wird es ihr schwerfallen, sich auf etwas anderes zu konzentrieren.

Wie schon das dreigliedrige Sicherheitssystem bestätigte, fühlt sich Paula weder geliebt noch wertgeschätzt oder beschützt. Ihre Weltanschauung wurde auf den Kopf gestellt. In der Gesellschaft ist häusliche Gewalt noch immer ein Tabuthema. Es folgt die Annahme, dass es ‚wahre‘ Männer ihren Frauen niemals antun würden. Dass sie es jedoch tatsächlich tun, und dass es jemanden wie Paula selbst treffen kann – all dies wird sie zutiefst verunsichern und ihr Inneres zerrütten. Es wird schwierig sein, den ‚Sinn‘ im Erlebten zu sehen. Genau hier kann der Sozialarbeiter Paulas verletztes Selbstwert stärken und ihr dabei helfen, vorrausschauend weiterzuplanen, wie es in ihrem Leben weitergehen soll. Nachdem Gregory festgenommen wurde, gibt es die Möglichkeit, dass Paula Plastizität und Resilienz beweisen könnte, in dem sie neue Strukturen einnimmt und ihr Leben adaptiv verändert. Die Wahrscheinlichkeit steht groß, dass Paula die Scheidung einreichen wird. Vielleicht wird sie sogar aus ihrem Haus in Thornton Square ausziehen und sich irgendwo anders einen neuen Anfang erarbeiten.

Paula verfügt jedoch nicht nur über Risiken, sondern auch über Resilienzschutzfaktoren. So hat sie ein anfänglich positives Selbstwertgefühl und verhält sich prosozial. Sie hat eine generell offene Einstellung und scheint körperlich gesund zu sein. Unter familiären Schutzfaktoren könnte Signor Guardi subsumiert werden, für den Paula sehr viel Liebe empfindet und der sie von klein auf unterrichtete. Sie besitzt mehrere positiven Bekanntschaften im Film, die man als Schutzfaktor des weiteren sozialen Umfeldes sehen kann: ihre Nachbarin, die Freunde ihrer Tante und der Detektiv, der ihr helfen will. So könnte man als Sozialarbeiter daran arbeiten, Paulas soziales Umfeld noch weiter zu vergrößern.

Paula sollte dabei unterstützt werden, Menschen zu finden, denen sie sich anvertrauen kann. Das kann eine Selbsthilfegruppe für Überlebende von häuslicher Gewalt sein. Man kann ihre Unabhängigkeit fördern und sie dabei bestärken, auszuziehen, oder sich einen Beruf zu suchen, um mehr Autonomie zu gewinnen. Sie könnte auch wieder mehr ins Theater gehen, erneut mit dem Gesangsunterricht anfangen. All dieses soll Initiative fördern.

Paula muss wieder Vertrauen in sich selbst schöpfen, sich jedoch auch nicht schämen, Hilfe anzufordern. Ein Sozialarbeiter kann gemeinsam in der Beratung und Arbeit mit Paula herausfinden, was Paula Alquist als Person eigentlich wirklich ausmacht: wer sie

ist, was ihr gut tut, welche sozialen Kontakte und Aktivitäten für sie förderlich sind, was für Zukunftsgedanken sie sich machen könnte.

Der Sozialarbeiter kann eine helfende Stütze sein, wieder ins Leben. All dies sind nur wenige von vielen Möglichkeiten, sozialarbeiterisch Einfluss auf das Gaslighting Opfer zu nehmen und ihr ressourcenorientiert zu helfen.

## Schluss:

Es gibt auf Jahrzehnte hin betrachtet ausreichend englische Literatur und Forschung zum Thema Gaslighting. Nicht nur wurde die psychologische Ebene dieses Phänomens beschrieben, auch beschäftigten sich Soziologen und die Politikwissenschaft damit. Im Deutschen sieht die Lage etwas kahler aus, der Begriff ist noch unbekannt. Es gibt keine deutschsprachige Forschung oder Studien darüber.

Als Sozialarbeiter über Gaslighting Bescheid zu wissen ist enorm wichtig, da es eine akute Manipulationstaktik beschreibt, die nicht nur Missbraucher verwenden, sondern die auch professionelle Instanzen einsetzen können. Ihre professionelle Macht so auszunutzen ist auch Sozialarbeitern möglich. Es gilt, dies zu unterbinden und genügend Interventions- und Reflexionsmöglichkeiten in der Praxis zur Verfügung zu haben. Das Thema dieser Bachelorarbeit war jedoch nicht, Machtunverhältnisse in der Praxis zu beschreiben. Eine Masterarbeit könnte eventuell die Problematik weiter erforschen. Es ist schlussendlich definitiv zu sagen, dass sich Sozialpädagogen in Deutschland mit dem Phänomen beschäftigen müssen.

Die Verwendung von Gaslighting als Begriff ist aber mit Vorsicht zu genießen, da er viele verschiedene Definitionen über die Jahre gewonnen hat. Viele Situationen der menschlichen Kommunikation können je nach Definition unter Gaslighting subsumiert werden können. Wenn von Gaslighting die Rede ist, muss immer konkret beschrieben werden, wessen Definition man anwendet.

Nach Paulas antiklimatischer Konfrontation mit Gregory und seiner anschließenden Verhaftung beschließen sie und Detektiv Brian Cameron auf das Dach des Hauses zu steigen. „Diese Nacht wird eine lange Nacht sein“, meint Paula und redet damit metaphorisch auch von ihrer vorherstehenden Genesung. Die Wolken am Himmel sind dunkel und furchterregend. „Aber auch diese Nacht wird aufhören. Es fängt schon an, sich aufzuhellen“, bemerkt Cameron. Er hat Recht: die ominösen Wolken beginnen sich zu verflüchtigen. „Am Morgen, wenn die Sonne aufgeht, ist es manchmal schwer

zu glauben, dass es jemals eine Nacht gab. Das wirst auch du feststellen.“ (George Cukor 1944, 1:52:46 – 1:53:46)

Es ist leicht, den Blick abzuwenden, wenn einem Missbrauch angetan wurde. Es ist bequem, einfach zu vergessen. Die Erinnerungen in eine Schachtel zu sperren und sie in die dunkelsten Teile unseres Unterbewusstseins zu schieben, aber die Kiste bleibt nie wirklich geschlossen. Auch wenn wir es zu vergessen scheinen, bewahren unser Körper und unser Geist alles auf. Ein seltsamer Fingerabdruck in unserem Geist.

Deshalb ist Therapie und ausreichende professionelle Hilfe von größter Wichtigkeit, wenn es um emotionalen Missbrauch geht. Besonders bei einem so schädlichen wie Gaslighting: denn wie sollen wir diese Fingerabdrücke richtig identifizieren und erfolgreich wegwischen, wenn uns keine Hilfe angeboten wird? Wenn wir nicht bereit sind, die Kiste zu nehmen, die uns so viel Angst macht, und die schrecklichen Dinge zu betrachten, die uns passiert sind, die uns angetan wurden? Wie sollen wir heilen, wenn wir nicht in der Lage sind, unser Trauma beim Namen zu nennen, ihm Platz zu geben? Schließlich muss man eine Wunde erst von Grund auf reinigen und pflegen, bevor man ein Pflaster darüber klebt. Sonst bleibt am Ende nur eine hässliche Narbe zurück.

Cameron bietet Paula seine Hilfe an, er will sie besuchen und einfach mit ihr darüber reden, was passiert ist. Es scheint fast so, als könnte hier eine neue Liebe aufblühen. Paula nimmt das Angebot dankend an. (George Cukor 1944)

So endet ‚Gaslight‘ entgegen den Regeln von Thrillern und Krimis glücklich: Paula ist nicht mehr allein in dem großen Spukhaus. Obwohl ihr Ehemann verhaftet und eingesperrt wurde, so ist sie doch nun mehr in Frieden, als sie es je mit ihm war. Der Nebel beginnt sich zu lichten. Ihre Freunde, Dienstmädchen und Nachbarn, helfen ihr, falls die Wolken doch wieder aufziehen.

Die letzte Szene des Films steht gut als Beispiel von Heilung. Es ist ein steiniger Weg, aber er ist nicht aussichtslos. Beim Studieren der verschiedenen Artikel über Gaslighting und deren Opfer fällt schnell auf, dass der Wille des Gaslighters zwar hartnäckig ist. Der innere Wille und die Widerstandsfähigkeit der Opfer sind jedoch um vielfaches stärker. Und genau dieser Wille und diese Widerstandskraft eines jeden Menschen gilt es als Sozialarbeiter zu pflegen und auszubauen.

## Literaturverzeichnis

- Abramson, Kate (2014): Turning up the lights on gaslighting. In: *Philosophical Perspectives* 28 (1), S. 1–30. DOI: 10.1111/phpe.12046.
- Archer, Dale (2017): The Danger of Manipulative Love-Bombing in a Relationship. Spot the warning signs of love bombing early and recover faster with these tips. Hg. v. Psychology Today. Online verfügbar unter <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/reading-between-the-headlines/201703/the-danger-manipulative-love-bombing-in-relationship>, zuletzt geprüft am 15.11.2020.
- Auchter, Thomas; Strauss, Laura Viviana (2003): Kleines Wörterbuch der Psychoanalyse. 2., überarb. Aufl. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht (Sammlung Vandenhoeck).
- Baltes, Paul B.; Rösler, Frank; Reuter-Lorenz, Patricia A. (2006): Prologue: Biocultural Co-Constructivism as a Theoretical Metascript. In: Paul B. Baltes, Patricia A. Reuter-Lorenz, Frank Rösler, Paul B. Baltes, Patricia A. Reuter-Lorenz und Frank Rösler (Hg.): *Lifespan Development and the Brain*. Cambridge: Cambridge University Press, S. 3–39.
- Bancroft, Lundy (2003): *Why does he do that? Inside the minds of angry and controlling men*. Berkley trade pbk. ed. New York: Berkley Books.
- Barton, Russell; Whitehead, J. A. (1969): THE GAS-LIGHT PHENOMENON. In: *The Lancet* 293 (7608), S. 1258–1260. DOI: 10.1016/S0140-6736(69)92133-3.
- bff: Frauen gegen Gewalt e.V. (Hg.): *Psychische Gewalt. Merkmale und Tatsachen*. Online verfügbar unter <https://www.frauen-gegen-gewalt.de/de/was-ist-psychische-gewalt.html>, zuletzt geprüft am 26.05.2020.
- Calef, Victor; Weinshel, Edward M. (1981): Some Clinical Consequences of Introjection: Gaslighting. In: *The Psychoanalytic Quarterly* 50 (1), S. 44–66. DOI: 10.1080/21674086.1981.11926942.
- Cambridge Dictionary (Hg.): *double whammy*. Online verfügbar unter <https://dictionary.cambridge.org/de/worterbuch/englisch/double-whammy>, zuletzt geprüft am 07.07.2020.
- Cawthra, R.; O'Brien, G.; Hassanyeh, F. (1987): 'Imposed psychosis'. A case variant of the gaslight phenomenon. In: *The British journal of psychiatry : the journal of mental science* 150, S. 553–556. DOI: 10.1192/bjp.150.4.553.
- Coltheart, Max (2017): Confabulation and conversation. In: *Cortex; a journal devoted to the study of the nervous system and behavior* 87, S. 62–68. DOI: 10.1016/j.cortex.2016.08.002.
- Dickerson, Sally S.; Gruenewald, Tara L.; Kemeny, Margaret E. (2009): Psychobiological Responses to Social Self Threat: Functional or Detrimental? In: *Self and Identity* 8 (2-3), S. 270–285. DOI: 10.1080/15298860802505186.
- Dickinson, Emily (1960): *One need not be a Chamber - To be Haunted*. c. 1863, published 1891. In: *Emily Dickinson: The Complete Poems of Emily Dickinson*. [1st ed.]. Boston: Little, Brown and Company, S. 333.

Domestic Abuse Intervention Programs (Hg.) (2017): Power and Control. The Duluth Model. Online verfügbar unter <https://www.theduluthmodel.org/wheel-gallery/>, zuletzt geprüft am 07.02.2020.

Dorpat, Theodore L. (1996): Gaslighting, the Double Whammy, Interrogation and Other Methods of Covert Control in Psychotherapy and Analysis. Lanham: Jason Aronson Inc. Online verfügbar unter <http://gbv.eblib.com/patron/FullRecord.aspx?p=1220086>.

Filipp, Sigrun-Heide; Aymanns, Peter (2010): Kritische Lebensereignisse und Lebenskrisen. Vom Umgang mit den Schattenseiten des Lebens. 1. Aufl. Stuttgart: Kohlhammer.

Freyd, Jennifer J. (1997): II. Violations of Power, Adaptive Blindness and Betrayal Trauma Theory. In: *Feminism & Psychology* 7 (1), S. 22–32. DOI: 10.1177/0959353597071004.

Fröhlich-Gildhoff, Klaus; Rönau-Böse, Maike (2019): Resilienz. 5., aktualisierte Auflage. München, Basel: Ernst Reinhardt Verlag (UTB Profile, 3290).

Gass, Gertrude Zemon; Nichols, William C. (1988): Gaslighting: A marital syndrome. In: *Contemp Fam Ther* 10 (1), S. 3–16. DOI: 10.1007/BF00922429.

George Cukor (1944): Das Haus der Lady Alquist. Originaltitel: Gaslight. Mit Charles Boyer, Ingrid Bergman, Joseph Cotton. Arthur Hornblow Jr. für Metro-Goldwyn-Mayer. USA, 114 Minuten.

Grotberg, Edith H. (1999): Countering Depression with the Five Building Blocks of Resilience. In: *Reaching Today's Youth* 4 (1, Fall), S. 66–72. Online verfügbar unter <http://cpor.org/ri/CounteringDepression-5ResilienceBuildingBlocks.pdf>, zuletzt geprüft am 13.12.2020.

Harsey, Sarah J.; Zurbriggen, Eileen L.; Freyd, Jennifer J. (2017): Perpetrator Responses to Victim Confrontation: DARVO and Victim Self-Blame. In: *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma* 26 (6), S. 644–663. DOI: 10.1080/10926771.2017.1320777.

Hart, Joshua; Shaver, Phillip R.; Goldenberg, Jamie L. (2005): Attachment, self-esteem, worldviews, and terror management: evidence for a tripartite security system. In: *Journal of personality and social psychology* 88 (6), S. 999–1013. DOI: 10.1037/0022-3514.88.6.999.

Hayes, Sharon; Jeffries, Samantha (2015): Romantic Terrorism. London: Palgrave Macmillan UK.

Henning, Kris; Jones, Angela R.; Holdford, Robert (2005): "I didn't do it, but if I did I had a good reason": Minimization, Denial, and Attributions of Blame Among Male and Female Domestic Violence Offenders. In: *J Fam Viol* 20 (3), S. 131–139. DOI: 10.1007/s10896-005-3647-8.

Kutcher, S. P. (1982): The gaslight syndrome. In: *Canadian journal of psychiatry. Revue canadienne de psychiatrie* 27 (3), S. 224–227. DOI: 10.1177/070674378202700310.



- Larner, A. J. (2016): A Dictionary of Neurological Signs. 4th ed. 2016. Cham, s.l.: Springer International Publishing. Online verfügbar unter <http://gbv.ebib.com/patron/FullRecord.aspx?p=4516704>.
- Leipold, Bernhard (2015): Resilienz im Erwachsenenalter. 1. Aufl. Stuttgart: UTB GmbH; Ernst Reinhardt (Utb-studi-e-book, 4451).
- Lila, Marisol; Herrero, Juan; Gracia, Enrique (2008): Evaluating Attribution of Responsibility and Minimization by Male Batterers: Implications for Batterer Programs. In: *TOCRIJ* 1 (1), S. 4–11. DOI: 10.2174/1874917800801010004.
- Macdonald, Fiona (2012): Spotlight on economic abuse. A literature and policy review. North Collingwood, Vic.: Good Shepherd Youth & Family Service. Online verfügbar unter <https://www.yumpu.com/en/document/view/22043777/spotlight-on-economic-abuse-a-literature-and-policy-review>, zuletzt geprüft am 30.10.2020.
- Martens, Jens Uwe; Begus, Birgit M. (2018): Das Geheimnis seelischer Kraft. Wie Sie durch Resilienz Schicksalsschläge und Krisen überwinden. 2. Auflage. Stuttgart: Verlag W. Kohlhammer.
- Masten, Ann S.; Obradović, Jelena (2008): Disaster Preparation and Recovery: Lessons from Research on Resilience in Human Development. In: *E&S* 13 (1). DOI: 10.5751/ES-02282-130109.
- O'Leary, K. Daniel; Maiuro, Roland D. (2004): Psychological Abuse in Violent Domestic Relations. New York: Springer Publishing Company. Online verfügbar unter <http://gbv.ebib.com/patron/FullRecord.aspx?p=423397>.
- Petric, Domina (2018): Gaslighting and the knot theory of mind (The Knot Theory of Mind). Online verfügbar unter [https://www.researchgate.net/publication/327944201\\_Gaslighting\\_and\\_the\\_knot\\_theory\\_of\\_mind](https://www.researchgate.net/publication/327944201_Gaslighting_and_the_knot_theory_of_mind), zuletzt geprüft am 14.11.2020.
- Revitch, Eugene (1954): The Problem of Conjugal Paranoia. In: *Diseases of the nervous system* 15 (9), S. 271–277.
- Riggs, Damien W.; Bartholomaeus, Clare (2018): Gaslighting in the context of clinical interactions with parents of transgender children. In: *Sexual and Relationship Therapy* 33 (4), S. 382–394. DOI: 10.1080/14681994.2018.1444274.
- Sarkis, Stephanie (2019): Gaslighting. Recognize Manipulative and Emotionally Abusive People -- and Break Free. London: Orion Spring.
- SEARLES, H. F. (1959): The effort to drive the other person crazy; an element in the aetiology and psychotherapy of schizophrenia. In: *The British journal of medical psychology* 32 (1), S. 1–18. DOI: 10.1111/j.2044-8341.1959.tb00463.x.
- Seifert, Dragana; Heinemann, Axel; Püschel, Klaus (2006): Frauen und Kinder als Opfer häuslicher Gewalt. In: *Deutsches Ärzteblatt* 103 (33), S. 2168–2173.
- Sheikh, I. H. (1979): The misuse of psychiatry: the 'Gas Light' phenomenon. In: *The International journal of social psychiatry* 25 (2), S. 131–132. DOI: 10.1177/002076407902500209.

- Skodol, A. E. (2010): The resilient personality. In: J. W. Reich, A. J. Zautra und J. S. Hall (Hg.): *Handbook of Adult Resilience*: New York: Guilford Press., S. 112–125.
- Spear, Andrew D. (2019): Epistemic dimensions of gaslighting: peer-disagreement, self-trust, and epistemic injustice. In: *Inquiry*, S. 1–24. DOI: 10.1080/0020174X.2019.1610051.
- Spear, Andrew D. (2020): Gaslighting, Confabulation, and Epistemic Innocence. In: *Topoi* 39 (1), S. 229–241. DOI: 10.1007/s11245-018-9611-z.
- Stangl, W. (2020): Stichwort: 'Projektive Identifikation'. Online verfügbar unter <https://lexikon.stangl.eu/15770/projektive-identifikation/#:~:text=Der%20Begriff%20der%20projektiven%20Identifikation,eine%20andere%20Person%20projiziert%20werden.>
- Stark, Evan (2007): *Coercive control. The entrapment of women in personal life*. Oxford, New York: Oxford University Press (Interpersonal violence).
- STERN, ROBIN (2007): *THE GASLIGHT EFFECT: How to Spot and Survive the Hidden Manipulation Others Use to Control Your Life*: Harmony.
- Weinberg, S. Kirson; Arieti, Silvano (1955): Interpretation of Schizophrenia. In: *Am Sociol Rev* 20 (5), S. 142–143. DOI: 10.2307/2092577.
- Welter-Enderlin, Rosmarie (2008): Einleitung: Resilienz aus der Sicht von Beratung und Therapie. In: Rosmarie Welter-Enderlin und Bruno Hildenbrand (Hg.): *Resilienz - Gedeihen trotz widriger Umstände*. 2. Auflage. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme-Verlag (Paar- und Familientherapie), S. 7–20.
- Welter-Enderlin, Rosmarie; Hildenbrand, Bruno (Hg.) (2008): *Resilienz - Gedeihen trotz widriger Umstände*. Internationaler Kongress "Resilienz - Gedeihen trotz widriger Umstände". 2. Auflage. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme-Verlag (Paar- und Familientherapie).
- Werner, Emmy E.; Smith, Ruth S. (1992): *Overcoming the Odds. High Risk Children from Birth to Adulthood*. Ithaca, NY: Cornell University Press.
- Wink, Rüdiger (Hg.) (2016): *Multidisziplinäre Perspektiven der Resilienzforschung*. Wiesbaden: Springer (Studien zur Resilienzforschung).
- Wustmann, Corina (2004): *Resilienz. Widerstandsfähigkeit von Kindern in Tageseinrichtungen fördern*. 1. Auflage. Berlin: Scriptor (Beiträge zur Bildungsqualität). Online verfügbar unter <http://www.socialnet.de/rezensionen/isbn.php?isbn=978-3-407-56243-2>.
- Zander, Margherita; Roemer, Martin (2016): Resilienz im Kontext von Sozialer Arbeit: Das Geheimnis der menschlichen Seele lüften? In: Rüdiger Wink (Hg.): *Multidisziplinäre Perspektiven der Resilienzforschung*. Wiesbaden: Springer (Studien zur Resilienzforschung), S. 47–72.

## Anhang:

### Anhang 1: Selbstständigkeitserklärung

1. Ich versichere, dass ich die vorliegende Arbeit selbständig verfasst habe.
2. Ich versichere, keine anderen als die angegebenen Quellen und Hilfsmittel benutzt und die Standards guten wissenschaftlichen Arbeitens eingehalten zu haben.
3. Die gesetzlichen Vorschriften zum Datenschutz und zum Schutz der Urheberrechte wurden von mir beachtet.
4. Ich bin damit einverstanden, dass meine Abschlussarbeit in die Bibliothek der Evangelischen Hochschule aufgenommen wird.
5. Ich bin damit einverstanden, dass meine Abschlussarbeit in digitaler Form öffentlich zugänglich gemacht wird.

Nürnberg, den 25.01.2021



Elena Heinisch

## Anhang 2: Das Rad zur Macht & Kontrolle

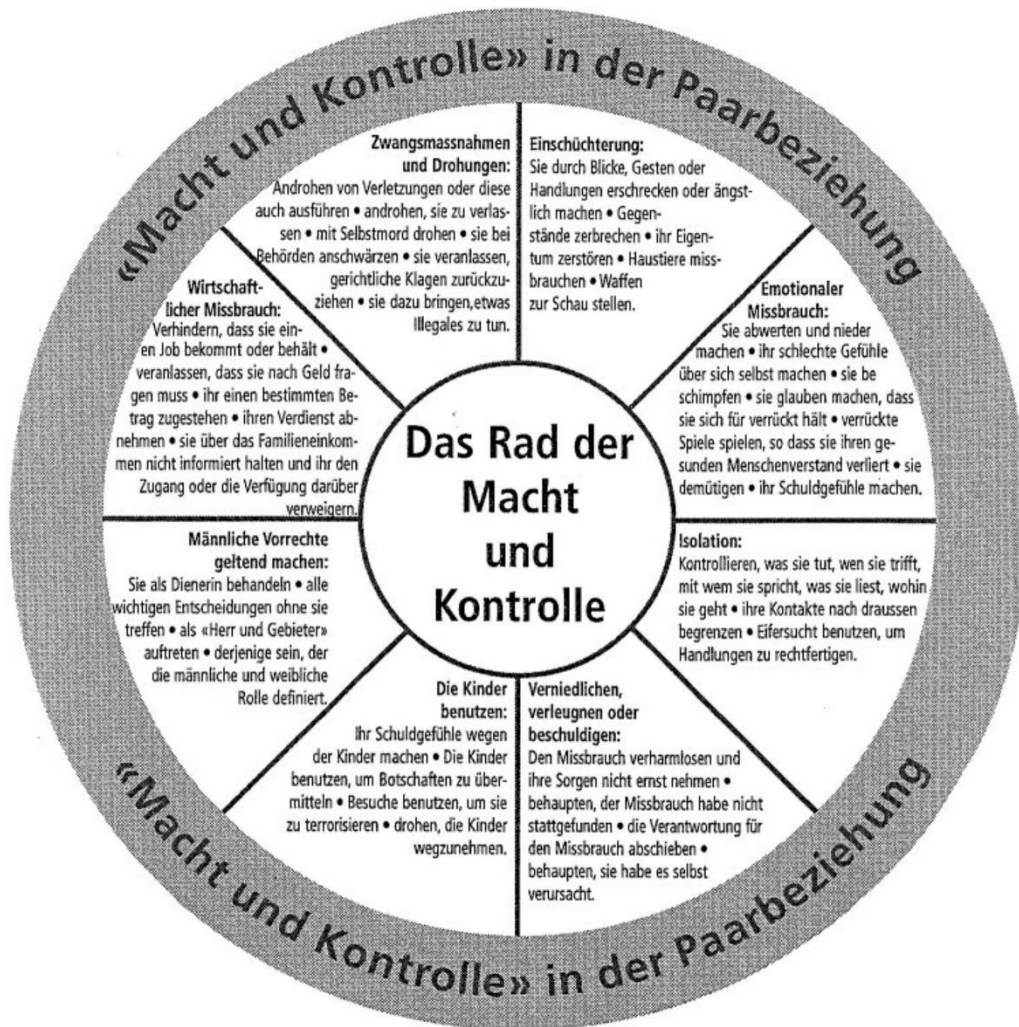


Abbildung: Das Rad der Macht und Kontrolle, deutsche Übersetzung, aus: domestic abuse intervention programs (Hg.) - Power and Control (Domestic Abuse Intervention Programs 2017)

### Anhang 3: Übersetzungen der englischsprachigen Zitate

Die Zitate wurden von der Studentin selbst stimmig übersetzt.

[1] „Das Gaslicht-Syndrom, ein Szenario, bei dem ein Partner einer ehelichen Einheit versucht, den anderen als geisteskrank abzustempeln und zu institutionalisieren, ist wahrscheinlich weitverbreitet, als gemeinhin angenommen wird. Die wesentlichen Merkmale sind: das Vorhandensein einer sadomasochistischen ehelichen Beziehung, zugrundeliegende Themen sexueller Eifersucht und der bewusste Versuch des aggressiven Partners, die Beziehung zu beenden, indem er den Ehepartner für geisteskrank erklärt und ins Krankenhaus einweisen lässt.“ (Kutcher 1982, S. 224)

[2] „Mit "Gaslighting" bezeichnen wir das Verhalten zweier Personen, Opfer und Täter. Letzterer, der seine eigene psychische Störung leugnet, versucht, dem Opfer das Gefühl zu geben, verrückt zu werden, und das Opfer gibt ihm mehr oder weniger nach.“ (Calef und Weinshel 1981, S. 64)

[3] „Einige psychische Inhalte, denen die Zugehörigkeit zum Selbst abgesprochen wird, werden auf eine andere Person projiziert.“ (Dorpat 1996, S. 34)

[4] „Ein Gaslichter [...] kann nicht die geringste Herausforderung an seiner Sicht der Dinge tolerieren. Wie auch immer er sich entscheidet, sich die Welt zu erklären, so muss man sie auch sehen - oder ihn unerträglichen Ängsten aussetzen.“ (Abramson 2014, S. 9)

[5] „Gaslichter sind sehr verführerisch. Sie werden dich von den Füßen fegen [...] und dich dann von einer Klippe stürzen. Aber die anfängliche Verführung ist so stark, dass es schwer ist, nicht zu denken, dass man schuld ist oder dass man irgendwie in der Lage sein sollte, diese wunderbare Person zurückzubekommen.“ (Sarkis 2019, S. 23)

[6] „Wenn dich jemand ins Gesicht schlägt, weißt du, dass du geohrfeigt worden bist. Aber wenn eine Frau sich psychisch angegriffen fühlt, ohne zu wissen, warum [...], kann sie ihre Frustration nach innen kehren. Wie sucht man zum Beispiel Unterstützung bei einem Freund, wenn man nicht weiß, wie man beschreiben soll, was schief läuft?“ (Bancroft 2003, S. 239)

[7] „Man muss keine Kammer sein, um heimgesucht zu werden, Man muss kein Haus sein; Das Gehirn hat Gänge, die den materiellen Ort übertreffen.“ (Dickinson 1960)

[8] „Resilienz betrifft die Prozesse, Fähigkeiten oder Muster der positiven Anpassung während oder nach der Aussetzung gegenüber negativen Erfahrungen, die das Potenzial haben, das erfolgreiche Funktionieren oder die erfolgreiche Entwicklung der Person zu stören oder zu zerstören.“ (Masten und Obradović 2008)

## Anhang 4: Szenen aus dem Skript des Films „Gaslight“ von 1944

"GASLIGHT"

(1944)

Based on the Stage Play by:

Patrick Hamilton

Screenplay by:

John Van Druten  
Walter Reisch  
John L. Balderston

17 INTERIOR - LAKE COMO - EARLY MORNING

The lake and the mountains are bathed in beauty as the sun is rising. Distantly there is a sound of music.

18 EXTERIOR - TERRACE

Gregory turns at the windows and stands looking back into the room.

19 INTERIOR BEDROOM

A double bedroom with a large disarranged double bed in which Paula is lying, half asleep. Her hair is tumbled over her pillow and she is looking radiant. Gregory is standing in the windows watching her.

Paula (sleepily)

I'm not asleep. I'm dreaming, but I'm not asleep.

Gregory

Come and look at the morning.

He steps out on the terrace again. Paula gets out of bed.

20 TERRACE

Gregory stands waiting for Paula. She comes through the windows, puts her arm around him, leaning against him, looking off at the view.

Gregory

Aren't you cold like that?

(she shakes her head)

You'd better put this on.

CONTINUED

20 CONTINUED (2) (already shot)

He takes a shawl from a chair - wraps it tenderly around her shoulders - turns her to him, taking her in his arms and holding her in a tight embrace. As she twines her arms around his neck we see a wedding ring on her hand. Then he releases her.

Gregory

What were you dreaming of?

Paula

Our life together.

Gregory

And how did you see it?

Paula

I saw all the places where we'll be together, lovely places - like this.

She leans her head against his.

Gregory

I was thinking of our life together, too. Only . . . I heard it in music. Something that I want to write. Shall I tell you about it?

(she nods, leaning back in his arms, looking up into his face as he talks)

It starts with a little tune - your tune. Right back in the beginning of my life - when I was a boy - as if you'd been there always. Only then the tune gets lost. The music becomes dark and gloomy. Those are the years of my boyhood, when I was poor and struggling and lonely.

Paula (tenderly stroking his hair)

Ah, dearest - -

CONTINUED



Gregory

I think I was lonely for you - even though I didn't know you - waiting for you to grow up so that we could meet.

Paula

That was my life, too . . . lonely and unhappy . . . until you came.

Gregory

And the tune comes back and back - always a little clearer - until the day we meet. And then it breaks into sunshine, with a tune full strength on all the violins and the whole thing is alive with happiness. I want the feeling of the early morning

Paula (joining in)

This morning.

Gregory

With the sun rising - lighting your hair as it is now.

(he touches her hair)

I don't know how it ends. Perhaps it never ends until I do.

Paula

When will you start on it?

Gregory (vaguely)

One day . . . when we have had our honeymoon . . . and settled down in a home of our own somewhere.

Paula

Where?

Gregory

Where would you like us to settle?

CONTINUED

20 CONTINUED (4) (already shot)

Paula

I haven't thought. Paris . . . perhaps . . .

Gregory

Paris. Or Rome. Or . . . how would you feel about London?

Paula (surprised)

London?

Gregory (rising and moving away)

Paula, if you won't laugh at me, I'd like to tell you something.

Paula (following him)

I'll never laugh at you. What is it?

Gregory (playing with a shrub -  
picking a flower and tearing it)

It's an idea - an idea that's been with me for years. I was in London - in the winter once. It seemed to me that there was no city in the world that was colder to the homeless, or that could be warmer to the ones who had a home. I used to long for a home of my own - in one of those quiet houses in the little London squares - with the woman I should one day come to love. Could we settle down in London? Not in a house in a square, perhaps . . .

(he looks up and sees her staring oddly, rigidly ahead of her; he breaks off)

Why, Paula.

(he takes her hand)

Why do you look like that?

Paula (in a dead sort of voice)

Because . . . there is a house in a square.

CONTINUED

20 CONTINUED (5) (already shot)

Gregory

What house?

Paula (still half trance-like)

Nine Thornton Square. She left it to me.

Gregory

You mean . . . Alice Alquist?

Paula

She was my other's sister. My mother died when I was born. I don't know anything about her or my father. I lived with my aunt always as if I were her own . . .

(she pauses for a moment, her eyes growing dark with memories)

. . . then, after it . . . happened . . .

(she gives this word a curious horror by her dead and flat delivery of it)

. . . I never went back.

CUT TO:

21 GREGORY -

Listening sympathetically

22 BACK TO TWO SHOT - PAULA AND GREGORY

Paula (continuing)

That house comes into my dreams sometimes - a house of horror.

(her expression changes now to one of wonderment)

That's strange, too. I haven't dreamed of it since I've known you.

(with a rising note of happiness)

I haven't been afraid since I've known you.

CONTINUED

69X2           CONTINUED (7) (already shot)

Gregory

Come in.

(Nancy returns)

Well, what is it now?

Nancy (looking obliquely for one second at Paula, and then speaking directly to Gregory)

If you please, sir, Miss Thwaites is downstairs. She wanted to know if the mistress was at home.

Paula (looking up, with a tiny exclamation of pleasure)

Oh. . .

Gregory (ignoring her and speaking across her to Nancy)

You mean that old busybody from across the square?

Nancy

Yes, sir. She has her nephew with her.

Gregory

Well, I don't think we need bore ourselves with them. Tell her your mistress is not at home.

Paula

Oh, but. . .

Gregory

My dear, if you let her in once, you'll always have her here.

Paula

But she's called so many times. We've never been at home to her.

CONTINUED

69X2            CONTINUED (8)    (already shot)

---

Gregory (suddenly shouting)

I do not want people all over this house!

(Nancy and Paula are both startled by this sudden violence, and turn to him. He recovers his composure instantly)

And bringing her family with her!

(to Nancy)

Tell Miss Thwaites your mistress is sorry she is not well enough to see her.

Nancy

Very good, sir.

She goes out with a half-look of contempt at Paula.

Paula (with some show of spirit)

Gregory, why did you do that? I'd have liked to see her.

Gregory (blandly, with complete surprise)

Oh, my dear, I thought you were only trying to be polite. Why didn't you tell me you really wanted to see her?

Paula

I couldn't - in front of that girl -

Gregory (interrupting her)

You must get over this ridiculous fear of the servants. If you really wanted to see her, all you had to say was, "Show her up, Nancy," wasn't it?

(insistently)

Wasn't it?

Paula (her last protest)

Not when you - when you said -

CONTINUED

69X2           CONTINUED (9)   (already shot)

                                  Gregory (looking her full in the eyes)  
 Paula, am I a tyrant? Are you afraid of me?  
                                   (she lowers her eyes, unable to answer)  
 I only thought those people would be a nuisance for you.  
 But if you're sure you are well enough to see her -  
                                   (he takes a half step to the door)  
 - Shall I call Nancy back and tell her you've changed your  
 mind?

                                  Paula (completely defeated)  
 No. No, it doesn't matter. Don't do that.

                                  Gregory  
 Just as you say, my dear.  
 He walks away, seating himself at the piano.

70               DOWNSTAIRS HALL -

Nancy and Miss Thwaites. In the background, his back  
 to THE CAMERA, Brian. SOUND of the piano from above,  
 over the scene.

                                  Nancy (somewhat insolently)  
 I'm sorry, miss, but that's all I know. The mistress isn't  
 well enough to receive you.

Brian turns, revealing himself for the first time.

                                  Brian  
 Well, tell her how sorry we are. Come along, Auntie, dear.

He takes her arm and they start toward the door.  
 Nancy opens the front door.

CUT TO:

70X1 CONTINUED (2) (already shot)

Brian (laughing)

Why don't you ask me to come and have a cup of tea with you instead?

Miss Thwaites

Ah, since you can't have tea with her I'm the second best, am I?

(she smiles and takes his arm)

All right, come along.

She leads him off across the gardens.

71 INTERIOR DRAWING-ROOM - NUMBER NINE THORNTON SQUARE

Gregory is still at the piano, idly strumming a waltz. Paula is sitting staring ahead of her. He glances at her a couple of times, and then, still playing, he speaks without looking at her.

Gregory (mysteriously,  
intriguingly)

You know, you wouldn't have had time to see them, anyway. You have to dress, and do your hair.

Paula (listlessly)

What for?

Gregory

You like to look nice when you go out, don't you?

Paula

Go out?

Gregory (smiling at her)

Yes, we're going out tonight.

CONTINUED

71 CONTINUED (2) (already shot)

---

Paula (puzzled)

We are? You didn't tell me.

(he continues to smile at her mysteriously. With slight alarm she says)

Have I forgotten. . . ?

She stops short in her speech, staring at him.

Gregory does not answer her but goes on playing.

Gregory

Don't you think this is charming? It's from the new operetta at the gaiety. I wish I could write tunes like Offenbach.

He looks at her. She is still standing, looking worried. He stops playing and turns to look at her, holding out his arms to her.

Gregory (affectionately)

Paula, you silly child. Don't look like that. You haven't forgotten anything. This is my surprise for you. We're going to the theatre tonight.

Paula (happy but incredulous)

Gregory! You don't mean it!

Gregory

I have the tickets in my pocket.

She goes to him and throws her arms around his neck.

Paula

Oh, how wonderful of you!

Gregory (kingly, holding her)

And you thought I was being cruel to you - keeping people away from you- making you a prisoner!

CONTINUED



71 CONTINUED (3) (already shot)

Paula (between laughter and tears)  
 You're not cruel. You're the kindest man in the world!  
 It's I who've been a fool. Oh, Gregory, I'm so happy!

She starts to whirl around in her excitement, singing  
 the waltz that he resumes playing.

Gregory (smiling at her)  
 You're in very good voice, Paula. We must take up our  
 music again.

She smiles instead of answering and lets her voice out  
 more fully in the gay roulades of the waltz. Quite  
 suddenly Gregory's eyes fasten on something. A look  
 of puzzlement comes into them. Then his face grows  
 cold and serious and he stops playing. Paula's  
 singing stops with the music and she stands still,  
 looking at him.

Paula  
 What's the matter?

Gregory walks over to the fireplace, standing at the  
 mantelpiece and staring down at the fire as though  
 under the weight of a great sorrow.

Gregory (brokenly)  
 Oh, Paula.

Paula (pleading)  
 What is it, Gregory? What is it?

Gregory (with his back to her)  
 Paula, I don't want to upset you. If you will put things  
 right, while I'm not looking, we'll assume it didn't  
 happen.

CONTINUED

71 CONTINUED (4) (already shot)

---

Paula

But, what? What? Please - please don't turn your back on me! What has happened?

Gregory

Do you mean you don't know?

Paula (apprehensive)

No!

Gregory (turns on her)

Look!

(he points to the wall)

Paula (turns, looks at wall)

Yes, the little picture's been taken down. Who took it down? Why was it taken down?

Gregory (freezingly)

Why, indeed? Why was it taken down before? Will you please get it from wherever you've hidden it, and put it back in its place?

Paula (crying out)

But I haven't hidden it. I swear I haven't. Why should I? Don't look at me like that. Someone else must have done it.

Instead of answering, Gregory stretches out his hand to pull the bell cord.

Paula

No, don't. Don't ring.

(but he pulls the cord, ringing twice)

Oh, Gregory, don't. Don't shame me before the servants!

CONTINUED

71 CONTINUED (5) (already shot)

Gregory (sharply)

Paula, will you stop being hysterical? Sit down and calm yourself before they come.

(Paula sits, trembling, near tears)

We must get to the bottom of this, once and for all.

(Elizabeth enters)

Come in, please, Elizabeth. Do you notice anything missing from this room?

Elizabeth

Missing, sir?

(she looks around)

No, sir. I don't think so.

Gregory (pointing)

Look carefully around the walls.

(Elizabeth does so)

Well?

Elizabeth

There's a little picture missing.

Gregory

Exactly. Did you take it away?

Elizabeth

Oh, no, sir.

Gregory

Have you ever taken it down from where it belongs?

Elizabeth

No, sir. Why ever should I?

Gregory

Why, indeed. Elizabeth, you go to church, don't you?

CONTINUED

71 CONTINUED (6) (already shot)

---

Elizabeth

Go to what, sir?

Gregory

Church.

Elizabeth

Oh, yes, sir.

Gregory takes the Bible from the desk and hands it to her.

Gregory

Well, then, please kiss that Bible as a solemn oath that you have told the truth.

(he hands it to her)

Elizabeth looks at him queerly and gives it an awkward peck.

Gregory

Thank you. You may go, and please send Nancy in here, at once. Nancy, do you understand? In here.

Elizabeth

Very good, sir. I'm not deaf.

She goes, leaving the door ajar. Paula has sat tense and motionless during this scene. Now she rises and holds out her hands.

Paula (entreating)

No, Gregory, not that girl! I'll say anything - I'll say that I did it. I did it, Gregory, I did it! Don't have that girl in!

CONTINUED

71 CONTINUED (7) (already shot)

Gregory

Paula, have the goodness to control yourself. This is painful enough without your making it worse. Since you have thrown suspicion on the servants, they must be cleared of it. Sit down in that chair.

She does so. There is a strained pause. Then Nancy enters.

Gregory (points)

Nancy, a picture has been taken down from the wall there.

Nancy (more pert and saucy than usual)

Ooo, so it has! Well, there's another rum go.

Gregory (icily severe)

I did not ask for any comments on your part. I want to know whether it was you who took that picture down.

Nancy

Of course it wasn't, sir. What would I want to take it down for?

Gregory (picks up Bible, walks to Paula)

Shall I ask her to kiss the Bible, Paula? Or will you accept her word?

Paula (desperately)

Of course, I'll accept it. Let her go.

Gregory

Very well, Nancy, you may go.

Nancy gives a queer look at Paula and goes out, closes door. Paula leaps from her chair, hysterically.

CONTINUED

71 CONTINUED (8) (already shot)

---

Paula

Give me that Bible, give it to me!

(she snatches it from him, kisses it)

There, do you see? I swear on the Bible I didn't take that picture down!

Gregory (taking the Bible from her)

It isn't the picture I'm worried about - it's you! What's happening to you, Paula? Think. Think hard. Have you any idea where that picture is?

Paula

Gregory, you say you don't know what's happening to me. I don't know what's happening to us. I don't recognize you anymore.

Gregory (coldly)

Go and look for that picture.

Paula turns and walks like an automaton out of the door.

71X1-71X2 OUT

71X3 LANDING OUTSIDE DRAWING-ROOM DOOR -

Paula comes out. Gregory follows her, watching her. She goes to an old chest just outside the drawing-room door, reaches down behind it and pulls out a small painting. She stands, holding it, looking piteously at Gregory.

Gregory (coldly)

So you knew where it was all the time.

CONTINUED

71X3 CONTINUED (2) (already shot)

Paula (wretchedly)

No, I didn't know. I only looked here because that's where it was found twice before. I didn't know, Gregory. I didn't know.

Gregory

Go and put it back where it belongs.

Paula turns, walks back into the drawing-room.

72-72X1 OUT

73 DRAWING-ROOM -

Paula comes in, walking almost like a somnambulist, goes over and hangs the picture in its proper place. Gregory stands in the doorway, watching her.

Gregory

And now, Paula, I think you'd better go to your room.

Paula (piteously)

But aren't we going to the theatre?

Gregory

Oh, my dear, I'm afraid you are far from well enough for the theatre. Come.

He goes out and she follows him.

74 STAIRCASE -

Gregory starts up towards her bedroom. Paula follows a few steps behind.

CONTINUED

74 CONTINUED (2) (already shot)

Paula (piteously, trying to reason  
out the situation with herself rather than with him)  
Gregory . . .if it was I who took that picture down. . .

Gregory (ahead of her, coldly)  
"If?"

Paula (continuing as before)  
If it was I who took it down the other times - if I do do  
all these senseless, meaningless things - so meaningless -  
why should I take a picture down from its place? - Then I  
don't know what I do any more.

Gregory  
Yes, Paula, that's just the trouble.

Paula (catching up with him and  
grasping his arm)  
But then. . .if that's true . . . then you must be gentle  
with me - bear with me. Please, Gregory. Please.

They are on the upper landing now just outside Paula's  
door which Gregory throws open.

Gregory (inflexibly)  
Come, Paula. You had better go to your room.

Paula (catching him by the arm)  
What are you going to do?

Gregory (like a man under the  
weight of a crushing grief)  
I'm going out, to work, and to forget all this.  
He goes into the room, out of picture.

CONTINUED



74 CONTINUED (3) (already shot)

Paula (standing in the doorway as though unwilling got enter her room)  
No, don't! Don't leave me here all by myself now. I get so frightened here alone when you go out night after night.

Gregory's Voice (off screen)  
Frightened? You never told me that before.

The shadow of the gaslight that he is lighting within can be seen on the open door.

Paula (still in the doorway)  
I'm telling you now. I'm frightened of the house. I hear noises - footsteps. I imagine things - that there are people in the house. I'm frightened of myself now, too!

Then she goes into the room. THE CAMERA REMAINS on the open door. Neither of them can be seen during the succeeding speech.

Paula's Voice  
Don't leave me! Stay with me! Gregory, take me in your arms! Please! Please!

There is a long silence, and then Gregory comes out of the room.

Gregory  
I hope to find you better in the morning.

He closes the door behind him and starts down the stair, CAMERA preceding him down the two flights to the lower hall.

168X5 ENTRANCE HALL

Elizabeth and Nancy are huddled against the wall. The front door is still wide open, outside the cab and the two policemen. Gregory comes down. As he passes the little table in the hall he sees the cigarette box open. Since his hands are tied he cannot reach for one, but Nancy, who has followed his look, crosses over, takes the box, extracts one cigarette, puts it in Gregory's mouth and lights it. Her face registers her loss. Gregory drinks in the first puff of the cigarette, walks out of the house, followed by Williams. He steps quickly into the cab. This is the last we see of him.

CUT TO:

168X6 MISS THWAITES ON THE MIDWAY LANDING BETWEEN GROUND FLOOR AND SECOND FLOOR -

Bent over almost double as she attempts to watch the cab rolling away. She is flabbergasted, then turns and looks back up the stairs as she hears the approaching voices of Brian and Paula.

CUT TO:

169-170 OUT

170X1 SECOND FLOOR LANDING

Paula comes down, Brian following her with his hat and coat in his hands. Brian pauses at the base of the stairs, outside the drawing-room door.

CONTINUED

170X1 CONTINUED (2) (already shot)

Brian

I'll say goodbye to you now. . .

(gently)

These will be difficult days for you, but there will be an end to them.

While he says this, Paula looks at him. As he is about to continue downstairs, she stops him. Her voice has a new note in it.

Paula

Mr. Cameron, there's something I'd like you to have before you go.

She moves quickly into the drawing-room.

CUT TO:

170X2 CLOSEUP - BRIAN

He is puzzled but not displeased. He follows her.

171 THE DRAWING ROOM

Paula goes over to the vitrine and takes from it the white glove which we have seen before, and hands it to Brian.

Paula

I want to give this back to you. She'd want you to have it. And now - so do I.

Brian takes it and puts it in his pocket.

Brian

Thank you.

For a moment they look at each other.

CONTINUED

171 CONTINUED (2) (already shot)

Paula

Somehow I feel. . .there is one more thing that you have to tell me. Isn't there?

Brian

One more thing?

Paula (with new strength in her voice)

About my. . .about Alice Alquist.

Brian does not answer. He shows obvious uncertainty as to whether he should speak or not.

Paula (calmly)

She was my mother, wasn't she?

Brian nods.

Paula (with great relief)

That is what I had hoped for always.

She moves in the direction of the conservatory. He follows her. She throws open the double windows. The moonlight streams in. She looks out into the night.

Brian (gently)

I...I suppose you'll want to leave this house soon. . .

Paula turns around and looks into his face. She is almost surprised to hear him say this.

CONTINUED

171 CONTINUED (3) (already shot)

---

Paula

No, no. I shall not leave this house.

(with growing spirit)

This was her house once and it shall be my house now. I shall stay here. . . And her picture will be back there where it belongs. . .and everything shall be as it was. . .

Brian

It will be. I'm sure it will.

She stretches out her hand. He takes it. They stand looking at each other.

CUT TO:

172 DOOR OF THE DRAWING ROOM

The startled face of Miss Thwaites peers in. As she sees the pair:

Miss Thwaites (meaningfully)

WELL!!

FADE OUT.

THE END