

## **Interview mit Tina Soliman**

Tina Soliman ist Autorin des Buches  
*Funkstille. Wenn Menschen den Kontakt abbrechen*

erschienen 2011 bei Klett-Cotta, weitere Informationen unter:  
<http://www.klett-cotta.de/buch/Partnerschaft/Funkstille/14028>

- 1) *Frau Soliman, Ihr Buch ist einem Phänomen gewidmet, das Sie „Funkstille“ nennen. Wie kann man dieses Phänomen in wenigen Worten beschreiben?*

Menschen brechen den Kontakt von heute auf morgen, scheinbar grundlos, ab. Doch wie das Buch zeigt, gibt es sehr wohl Gründe. Als Funkstille begreife ich also den plötzlichen Kontaktabbruch ohne jegliche Erklärung. Derjenige, zu dem die Verbindung abgeschnitten wurde, bleibt ohne Klärung zurück und zermartert sich oft jahrzehntelang den Kopf über die Gründe des Abbruchs.

Dabei wird den Betroffenen die Chance genommen, das Problem gemeinsam zu klären oder auch Missverständnisse zu erkennen; auch die Möglichkeit, sich zu rechtfertigen.

Es muss allerdings kein endgültiger Schlussstrich sein. Die Funkstille kann auch das Drücken einer Pausentaste bedeuten. Der Abbrecher zieht sich in einen Schutzraum zurück, um nachzudenken, um zu sich zu kommen, um dann wieder aufzutauchen und neu zu beginnen. Manchmal muss man vielleicht abtauchen, um zu erkennen, was man wirklich will – und braucht.

Die Funkstille ist ein Phänomen unserer Zeit, eines, das viele schon mal erfahren haben.

- 2) *Welche Gründe führen zur „Funkstille“?*

Oft ist die Funkstille der Ausdruck von „Sich-nicht-anders-zu-helfen-Wissen“. Sie ist eine Flucht, Zeichen von Angst, von Überforderung und in erster Linie ein Zeichen von Schwäche, auch wenn es im ersten Moment stark erscheint, sich nicht zu melden. Die Funkstille ist eine Flucht und damit auch die Suche nach einem Schutzraum. Und dieser findet sich vermeintlich im Schweigen.

Der Begriff der Funkstille kommt aus der Schifffahrt und bezeichnet die Einstellung des Funkverkehrs, um den Empfang von Notsignalen sicherzustellen. Im übertragenen Sinne kommuniziert der Abbrecher mit dem Kommunikationsabbruch: Bitte höre, was ich nicht sage. Ihm ist es nicht möglich, dem Konflikt anders zu begegnen. Ich sage ausdrücklich nicht „lösen“, denn die Funkstille ist ein denkbar schlechtes Mittel, einen Konflikt zu bewältigen, sie kann aber aus der Distanz wirken. Im besten Falle werden sich beide Seiten der Knoten bewusst, die schon zuvor die Beziehung belastet haben, denn die Funkstille kommt nicht aus heiterem Himmel. Sie ist eher mit dem Ausbruch eines Vulkans vergleichbar, gebrodelt hat es schon vorher. Die Funkstille entwickelt sich also eher leise, bevor es zum großen Knall kommt. Das ist auch das Fatale, denn diese zerstörerische Melange wird meist nicht bemerkt. Umso unverständlicher erscheint der vermeintlich plötzliche Kontaktabbruch. Die Verlassenen saßen mir nach Jahrzehnten

des Abbruchs immer noch völlig fassungslos gegenüber. Die Abbrecher erschienen noch genauso verletzt, verwirrt oder gar wütend wie zu Beginn. Das Problem ist: Die Betroffenen können nicht abschließen, weil es keinen Schlussstrich gab. Es ist ein uneindeutiger Verlust, ein ambivalentes SichVerweigern – am Ende bleiben die Betroffenen auf unheilvolle Weise weiterhin miteinander verbunden.

3) *Steckt vielleicht auch der Wunsch dahinter, den wir alle kennen, einfach noch mal von vorne anfangen zu können?*

Man kann wohl nur etwas Neues beginnen, wenn es einen Abschluss gab. Doch der Abbrecher hat nicht die Kraft oder den Mut sich zu erklären – und manchmal auch nicht den Willen. Er will bestrafen, denn zuvor fühlte er sich ja durch den Anderen verletzt. Mit diesen Gefühlen neu zu beginnen, erscheint mir schwierig. Man kann die Baustellen der Vergangenheit nicht umfahren, das Erlebte läuft immer mit.

4) *Kommt das überwiegend im familiären Kontext vor?*

Die Funkstille passiert auch in Liebesbeziehungen oder zwischen Freunden, kommt aber erstaunlich häufig im familiären Kontext vor. Schweigen ist ein Werkzeug, das in vielen Familien als Bestrafung benutzt und über die Generationen weitergetragen wird. Wie auch Traumata unausgesprochen weitergegeben werden können, werden auch Verhaltensweisen vermittelt, ja „vererbt“, wenn man so will. Ein Kind, das mitbekommt, dass die Mutter den Sohn oder den Mann mit Schweigen straft, wird dieses vermeintliche Konfliktlösungsmittel eher übernehmen als ein Kind, das eine gesunde Diskussionskultur in der Familie erleben durfte. Wichtig erscheint mir, dass häufig in den – ich nenne sie einmal „Funkstille-Familien“ – nicht richtig oder kaum kommuniziert wurde. Die Familienmitglieder kümmerten sich nicht wirklich umeinander, sondern ausschließlich um sich selbst.

Sehr häufig brechen Söhne den Kontakt zur Mutter ab. Ein Betroffener versuchte, sich so aus einer symbiotischen Beziehung zu lösen und spricht von einem „Vernichtungskrieg“ zwischen ihm und seiner Mutter. Ein Anderer konnte die Dominanz und Ignoranz der Mutter nicht mehr ertragen. Sehr viel häufiger wird der Kontakt zur Mutter als zum Vater abgebrochen. Die Mutter scheint „schuld“ zu sein, wenn ein Kind sich ungeliebt fühlt. Ich versuche, beide Seiten zu beleuchten und aufzuzeigen, wie man sich wieder annähern kann, denn das ist möglich.

5) *Gibt es so etwas wie „Risikogruppen“, Menschen, die eher betroffen sind als andere? Kann man es als Charakterschwäche oder Konfliktangst bezeichnen, wenn jemand unvermittelt jeglichen Kontakt zu Nahestehenden einstellt?*

Das ist die große Frage. Ich habe mit vielen Betroffenen gesprochen – ein Großteil der Fälle sind im Film oder im Buch geschildert –, aber ich wäre mit vorschnellen Verallgemeinerungen trotzdem vorsichtig. Viele der Verlassenen fragen sich tatsächlich, ob der Abbrecher auf irgendeine Art seelisch krank sein könnte – die Überlegungen reichen von einer Kommunikations- bis hin zu einer Persönlichkeitsstörung. Immerhin,

so meinen die Verlassenen, verhalte sich der Abbrecher doch dissozial, widersprüchlich, unangemessen überheblich, aggressiv, auch selbstzerstörerisch und gleichzeitig hypersensibel.

Pathologisieren sollte man jedoch das Verhalten, plötzlich zu einem anderen Menschen den Kontakt abubrechen, nicht unbedingt, aber es gibt tatsächlich Menschen, die eher dazu neigen als andere. Es handelt sich dabei – so die Fachleute, die in dem Buch den Versuch einer Erklärung wagen – um Charaktere, die leicht bis schwer neurotisch sind und die auch sonst Bindungsprobleme haben. An diesem Punkt versuche ich nachzuvollziehen, inwieweit die Biografie für diese Probleme ursächlich ist – und das ist sie in allen Fällen tatsächlich in hohem Maße! Menschen, die den Kontakt abbrechen, sind oft Charaktere, die das Gespür für das richtige Maß von Distanz und Nähe nicht mehr kennen oder noch nie kennengelernt haben, weil sie vielleicht Grenzüberschreitungen durch die Eltern oder familiärer Ignoranz ausgesetzt waren. Häufig brechen auch schizoide Menschen auf diese Weise Kontakte ab. Sie ziehen einen Menschen an, suchen bedingungslose Nähe, um den Anderen dann umso heftiger wieder wegzustoßen. Angst vor Nähe, vor Verbindlichkeit, vor Endlichkeit steckt dahinter, Unsicherheit, aber auch Aggression, Schutzbedürfnis und gleichzeitig Wut. Oft neigen auch narzisstische Menschen zum Kontaktabbruch. Sie fühlen sich aufgrund ihres Minderwertigkeitskomplexes schnell gekränkt und angegriffen und schlagen maßlos übertrieben zurück, im Sinne von: „Ich werde dir schon zeigen, wie es ist, verletzt zu werden.“ Die Funkstille wird also auch als Waffe in einem Machtkampf eingesetzt.

Im Buch kommen renommierte Fachleute aus der Psychoanalyse, der Psychiatrie, Psychologie, Psychotherapie und Soziologie mit unterschiedlichen Ansätzen zu Wort. Sie eint zumindest ein Gedanke: Oft ist es eben auch eine bestimmte Konstellation zwischen zwei Menschen, die zur Funkstille führt. Diese fallbezogene Perspektive beinhaltet vorsichtige Ansätze einer Typologie, wenn man so will. Der Verlassene hat vielleicht Grenzen überschritten und der Abbrecher konnte damit nicht anders umgehen, als den Kontakt abubrechen. Oft weiß er gar nicht, welches Feld der Verwüstung er hinterlässt, manchmal will er aber genau das.

Die Betroffenen, mit denen ich sprechen konnte, waren sehr verunsichert. Der Konflikt, der sich nicht lösen kann, sickert in alle Lebensbereiche und beschwert das ganze Leben. „Schlimmer als ein Suizid“ sei das, meinte eine Verlassene, und ein Abbrecher erklärte, auch er habe in der Funkstille sehr gelitten. Sein NEIN erschien ihm jedoch überlebensnotwendig, denn es droht der Verlust der Integrität, wenn in den entscheidenden Momenten des Lebens nicht Nein gesagt werden darf: Nein zu Überforderungen, unangemessenen Ansprüchen Anderer und eben auch zu Übergriffen der Eltern. Wer sich nicht abgrenzen darf, verliert seine Grenzen. Er hatte Angst, sich selbst zu verlieren. Also ging er.

*6) Gibt es Hoffnung für die Verlassenen, dass sich der Kontakt mit dem Abbrecher wiederherstellen lässt?*

Ja, aber es hängt auch davon ab, wie lange die Funkstille schon anhält. Bei den Menschen, die ich getroffen und interviewt habe, ist es sogar häufig wieder zu einer Annäherung gekommen, beispielsweise in einer Liebesbeziehung. In einigen wenigen Fällen innerhalb der Familie hält sich allerdings immer noch hartnäckiges Schweigen.

Von denjenigen, die sich wieder angenähert haben, pflegen die Einen vorsichtigen Kontakt, und für die Anderen hatte die Funkstille regelrecht reinigenden Charakter. Ein Experte bezeichnete die Funkstille sogar als „emotionale Revolution“, im Sinne von: Es ist manchmal ganz heilsam, eine Beziehung zu erschüttern, wenn sie festgefahren ist. Danach kann sie sich neu zusammensetzen und vielleicht passen dann die Puzzleteile richtig zusammen.

7) *Sie haben sowohl mit Kontaktabbrechern gesprochen als auch mit den Menschen, die zurückblieben. Wer ist Täter, wer Opfer?*

Beide sind Opfer und Täter zugleich. Häufig hat der Verlassene den Abbrecher zuerst verletzt, das Opfer schlägt zurück und wird so wiederum zum Täter. Oft geht es um Abhängigkeiten, die der Eine provoziert und aus denen sich der Andere zu lösen versucht, gleichzeitig provoziert der Verlassene eventuell unbewusst, verlassen zu werden, weil er selbst nicht den Mut hat, diesen Schritt zu tun. Fest steht offenbar: Beide Seiten leiden unter der Funkstille. Doch der Abbrecher ist insofern in einer souveräneren Position, als dass nicht er, sondern der Verlassene verunsichert zurückbleibt. Dieser ist ohnmächtig, kann nichts machen und ist zur Passivität verurteilt. Ihm wird das Grundbedürfnis nach Orientierung nicht gewährt. Die Funkstille ist brutal, wie ein Krieg mit Opfern – und eben Tätern. Auffällig viele der Befragten benutzten dasselbe Wort für diese Situation: „KRIEG“.

Wichtig ist, darüber nachzudenken, wie die Beziehung, die Rollenverteilung vor dem Abbruch war und sich zu fragen, wieso der Verlassene nicht bemerkt hat, was sich anbahnte. Denn die Funkstille tritt nicht aus heiterem Himmel ein. Wie es scheint, fehlte zuvor das Gefühl dafür, was konkret verletzt oder wie sehr etwas bedrängt.

Lebensbestimmende Erfahrungen können von sehr leiser Art sein.

8) *Gibt es etwas, das all diese Personen gemeinsam haben? Die Abbrecher und die Verlassenen?*

Am ehesten würde ich sagen: eine extreme Empfindlichkeit, schnelle Verletzbarkeit, ein unehrlicher Umgang mit eigenen Schwächen und Hilflosigkeit. Das gilt für beide Seiten, sowohl für den Abbrecher als auch den Verlassenen. Grenzüberschreitung wie auch Grenzen zu setzen passiert meist aus Not. Auch denke ich, dass die Biografie auf beiden Seiten eine Rolle spielt. Wenn die moralisch-seelische Widerstandsfähigkeit eines Menschen nicht stark genug ist, kommt es sicherlich eher zu solchen Störungen im Zusammenleben mit anderen Menschen.

Aber vielleicht ist dieser Hang zum plötzlichen Abbruch auch ein Zeichen der Zeit. Es wird zwar ständig gesimst, gemailt und telefoniert, aber letztlich wenig Inhaltvolles gesagt. Und wenn etwas zu kompliziert oder anstrengend wird, dann lässt man es eben.

9) *Ist die Situation mit einem schweren Schicksalsschlag, wie Tod oder Krankheit vergleichbar?*

Wie beim Tod eines nahen Menschen – und die Funkstille hat ja nur diese starke Wirkung bei Menschen, die sich nahestanden – sollte ein Trauerprozess möglich sein, der zu einem wirklichen Abschied führt. Bei der Funkstille ist eben das nicht möglich, weil es keinen richtigen Abschluss gab. In ihrer Wirkung kommt die Funkstille noch am ehesten dem Suizid nahe. Denn auch bei der Funkstille bleibt immer die Frage nach der Schuld im Raum stehen: Was habe ich falsch gemacht? WARUM? Dieser Gedanke wird fast zu einem Zwang, und niemand kann – oder will – die Antwort darauf geben. Darin liegt die Grausamkeit des Schweigens. Der Suizid ist ein konsequenter – ein endgültiger – Kontaktabbruch.

10) *Gibt es Spezialisten, die Betroffene mit therapeutischer Hilfe unterstützen können?*

Es gibt keine fachlich ausgebildeten „Funkstille-Experten“. Aber es gibt Fachleute, die sich um seelische Verletzungen und Störungen kümmern: Verhaltenstherapeuten, Psychologen, Psychiater, Psychoanalytiker. Letztendlich muss jeder für sich selbst herausfinden, welcher dieser Fachleute den Kern des Problems am besten erkennt und zeigt, wie man mit dieser sehr speziellen Problematik lernen kann umzugehen.

11) *Inwiefern stellt die Kommunikationslosigkeit im Kontaktabbruch eine Form von nonverbaler Kommunikation dar?*

Schweigen ist immer Kommunikation, denn man kann nicht *nicht* kommunizieren. Das Schweigen kann sogar deutlicher sein als alle zuvor ausgesprochenen Worte. Es ist ein Handeln: Wenn man sich mit Worten nicht verstanden fühlt, dann muss man Taten sprechen lassen. Häufig wurde ja vorher mit Worten kommuniziert, nur hat das der Andere ignoriert, überhört oder eben nicht wahrgenommen. „Mein Schweigen war der letzte Versuch, mich verständlich zu machen“, sagte eine Betroffene.

Es geht also darum, gehört zu werden, indem man nichts von sich hören lässt.

Das Schweigen ist ein Impuls, eine Art Überlebensinstinkt. Der Abbrecher folgt eventuell gar keiner bewussten Überlegung. Und doch ist sein Stillhalten eine Rebellion. Gegen manche Menschen muss man offenbar rebellieren, damit sie einem zuhören, und der Rebellion geht ein Bruch voraus. Schweigen ist manchmal vielleicht die effektivere, wenn auch brutalere Art mitzuteilen, dass die Beziehung gestört ist. Natürlich ist es ein Problem, dieses Schweigen zu entschlüsseln. Es bleibt zu viel Raum für Missverständnisse. Besser wäre es, Klarheit zu schaffen, aber das gelingt dem Abbrecher eben nicht.

Wie es scheint, gibt es keine eindeutige Antwort auf die Frage: „Reden oder schweigen?“ Manchmal sind es der Worte zu viel, manchmal aber auch zu wenig, und nicht immer sind es die richtigen. Herrscht dann ein Mangel an Kommunikation oder an Schweigen? Ich glaube, im Buch findet man reichlich Stoff, um darüber nachdenken zu können. Und wahrscheinlich ist es für jeden von uns eine Lebensaufgabe herauszufinden, was für einen selbst das Beste ist.

12) *Wie kann verhindert werden, dass es überhaupt zu einer Funkstille kommt?  
Kann so etwas wie Prävention geleistet werden?*

Man kann vielleicht lernen, genauer hinzuhören, vorsichtiger mit Menschen umzugehen, achtsamer zu werden, wenn es um das Erkennen von Familienstrukturen geht, die eine Funkstille begünstigen. Sie kommt eben nicht aus dem Nichts, sondern hat viel mit unserer Gesellschaft zu tun, so wie sie nun einmal ist. Die Funkstille ist somit auch ein „Zeichen unserer Zeit“.

© Klett-Cotta Verlag, [www.klett-cotta.de](http://www.klett-cotta.de)