

Zur Gestaltung der Arbeitsbeziehung in der Psychotherapie komplex traumatisierter Menschen

Erfahrungen aus meiner Arbeit mit Kriegsflüchtlingen und
Opfern organisierter Gewalt im Verein Hemayat

Sigrid Wieltschnig
Vortrag ÖAGP Gestaltcafé
26.11.2007

www.sigrid-wieltschnig.com

Hemayat

- ◆ Zu "Hemayat" kommen Menschen, die politische Verfolgung, Folter und Krieg erlebt haben und deshalb aus ihren Heimatländern geflohen sind.
- ◆ Im letzten Jahr wurden von "Hemayat" 665 Personen aus 49 Ländern psychotherapeutisch, psychologisch und medizinisch betreut. Davon waren 23 jünger als 15 Jahre.
- ◆ Hemayat bedeutet aus dem Persischen übersetzt "Schutz". Hemayat gibt es seit 1995.
- ◆ Hemayat besteht aus: 4 ÄrztInnen, 19 PsychotherapeutInnen, 26 spezialisierten DolmetscherInnen und dem Amnesty-MedizinerInnen-Netzwerk.

Nichts ist mehr wie es vorher war

- ◆ Menschen die Krieg und Folter überlebt haben, waren mit unfassbaren Grausamkeiten, Todesangst und Schrecken konfrontiert.
- ◆ Sie haben Angehörige, Freunde, Ehepartner, Kinder, Eltern verloren.
- ◆ Sie mussten mit ansehen wie nahe stehende, geliebte Menschen getötet, gequält, vergewaltigt wurden.
- ◆ Vergewaltigte Frauen werden darüber hinaus geächtet, verstoßen, von ihren Männern geschlagen, manchmal auch getötet.
- ◆ Wenn sie dem Schrecken entkommen, verlieren sie ihre Heimat. Sie kommen in ein fremdes Land, wo sie die Sprache nicht verstehen, wo sie in Gefahr sind abgeschoben zu werden, wo sie keine Arbeit und keine sozialen Kontakte haben. Im schlimmsten Fall sind sie wieder Opfer von Gewalt durch rechtsextreme Gruppen oder gar die Polizei.

Trauma - Opfer sind mit den vielfältigsten ängstigenden Phänomenen konfrontiert

- ◆ Intensive überflutende Gefühlszustände (Intrusionen, Flashbacks)
- ◆ Verzweifelte Gedanken über die erlebte Ohnmacht und das zerbrochene Vertrauen
- ◆ Vielfältige psychosomatische und körperliche Stress-Symptome (Schmerzen, Herzrasen, Schlaflosigkeit, Taubheitsgefühle etc.)
- ◆ Vermeidende Verhaltensmuster
- ◆ Ablehnendes Umfeld, drohende Abschiebung, Retraumatisierung
- ◆ Gefühl ein geheimes Leben führen zu müssen, jederzeit fluchtbereit, niemandem vertrauen zu können, schon gar nicht den Behörden und Polizisten

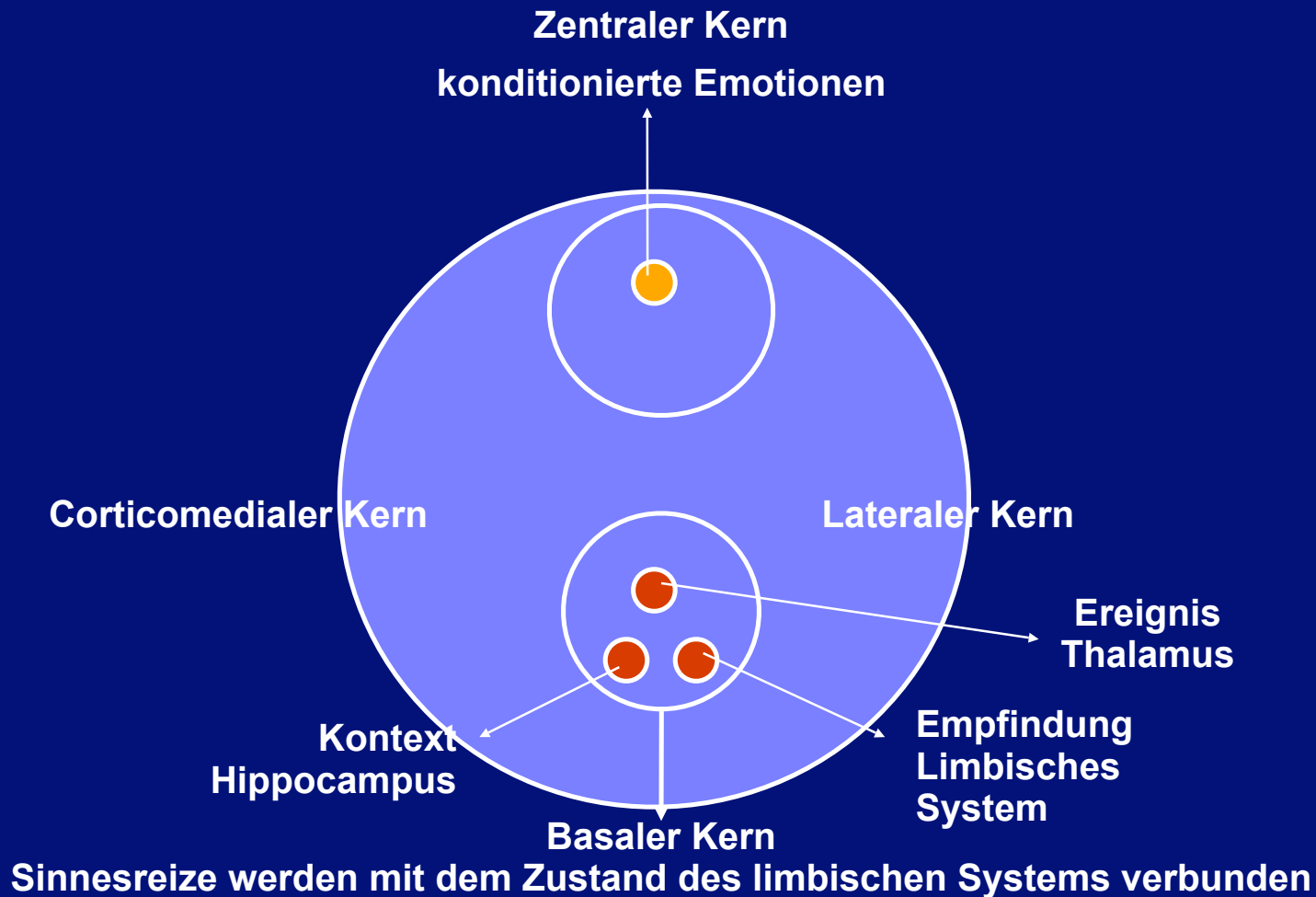
Trauma - Opfer erleben eine mehrfache Verunsicherung

- ◆ Einerseits durch die überlebten Traumata
- ◆ Andererseits durch die Willkür der seelischen und körperlichen Folgereaktionen
- ◆ Und durch das oft feindlich gesinnte, bedrohliche Umfeld danach

Die therapeutische Beziehung

- ◆ Psychotherapie geschieht in Beziehung
 - ◆ die therapeutische Beziehung ist die Grundlage der gemeinsamen Arbeitsfähigkeit und jede Psychotherapie ist hoffentlich eine „gute“ Beziehung
- ◆ Menschen mit PTBS brauchen länger, um Vertrauen aufzubauen
 - ◆ deshalb ist ein verlängerter Zeitbedarf einzuplanen, der die Dynamik einer gestörten Vertrauensfähigkeit berücksichtigt
- ◆ Wir Therapeuten sind ein Wirkfaktor
 - ◆ wir ermöglichen neue gute Erfahrungen im Beziehungsgeschehen
 - ◆ wir provozieren aber auch schlechte alte Beziehungsmuster
- ◆ Übertragung/Gegenübertragung: VORSICHT - Gefahr, dass
 - ◆ negative Übertragungsphänomene auf Therapeuten übertragen werden
 - ◆ Übertragungsdeutungen als intrusive Bedrohung erlebt werden und als Re-Inszenierung früherer Täter-Opfer Interaktionen entgleisen (Reddemann 2005)

Im basalen Kern der Amygdala werden wichtige Ereignisse verlotet (Sachsse 2007)



Heilungskonzepte

Nachreifung

Neusozialisation

Umwelteinfluss

Therapieforschung

Zweitmutter/Zweitvater

Selbstheilung

Selbstorganisation

Genetische Anlage

Resilienzforschung

Coach und Begleiter

Dilemma der beziehungsorientierten Therapie

- ◆ Pathogene Kindheitsmuster werden mobilisiert, regressive Zustände werden gefördert
- ◆ Es entstehen langfristig Abhängigkeitsverhältnisse, oft auch konfuse Beziehungsmuster
- ◆ Dauert lange (5-7 Jahre, mehrmals die Woche)
- ◆ Schwer finanzierbar, vorzeitiges Ende problematisch

Prinzip der Selbstorganisation

- ◆ Sieht das psychische Heilungssystem als ein biologisches System, welches Übergänge von dysfunktionalen zu funktionalen Ordnungsmustern selbstorganisatorisch erzeugt, wenn bestimmte Voraussetzungen erfüllt sind. Therapie stellt diese her (Plassmann 2006)
- ◆ Kurt Goldstein (1934): Tendenz zum geordneten Verhalten
Umwandlung des Milieus
- ◆ Alles was wir zur Bewältigung des Lebens brauchen, tragen wir in uns. Therapie schafft den Zugang zu diesen Ressourcen
- ◆ Wir als Therapeuten fördern und begleiten diesen Prozess
 - ◆ Indem wir über die Dynamik von Trauma informieren (Psycho-Edukation)
 - ◆ Indem wir die erwachsenen Persönlichkeitsanteile stärken, manchmal auch einfordern und Regressionsphänomene möglichst aktiv unterbinden
 - ◆ Indem wir Klienten unterstützen, Ressourcen aufzubauen und die Gegenwart von der Vergangenheit zu trennen.

In der Traumatherapie sprechen wir von Heilung, wenn aus einem Trauma-State eine Erinnerung wird und Gegenwart und Vergangenheit als getrennt erlebt werden

- ◆ Kritischer Realismus

- ◆ Wir unterscheiden klar zwischen der physikalischen Welt und der phänomenalen oder erlebten Welt (Wirklichkeit im 1./2. Sinne)
- ◆ Eine weitere Differenzierung ergibt sich innerhalb der erlebten Welt zwischen unmittelbar Angetroffenem (Wirklichkeit im 3. Sinne) und bloß Gedachtem, Erinnerungem und begrifflich Gewusstem (Nichtwirkliches im 3. Sinne)
- ◆ Trauma-States sind Realitätsverzerrungen, es gelingt nicht mehr unmittelbar Angetroffenes im Hier und Jetzt von Erinnerungem zu unterscheiden. Die Wahrnehmungswelt der Klienten wird verzerrt, indem Nichtwirkliches im 3. Sinne Metzgers als wirklich/unmittelbar gegeben und gegenwärtig erlebt wird.

Prinzip der Bipolarität

- ◆ Heilungsprozesse scheinen nur in Gang zu kommen bei gutem Kontakt zu dem, was man Ressourcen nennt (Plassmann 2006)
- ◆ Nicht die schlimmen Ereignisse als solche bestimmen das Erleben, sondern wie diese im Lebensraum einer Person dargestellt werden. Dieser Lebensraum besteht aus der Gesamtheit aller Faktoren, die im gegenwärtigen psychologischen Feld einer Person wirken. Dazu gehören auch alle „Ansichten eines Individuums über seine psychologische Zukunft und seine psychologische Vergangenheit“ (Lewin 1963)
- ◆ Ich-starke Menschen, die in Kontakt sind mit ihren Ressourcen scheinen überflutende Situationen leichter zu bewältigen, ob es zu einer PTBS kommt hängt nicht nur vom Ereignis ab, sondern vom gesamten psychologischen Feld.
- ◆ $V = F (P,U) = F (L)$
- ◆ Wenn also Klienten mit PTBS Zugang erhalten zu ihren Fähigkeiten oder Ressourcen, verändert sich das gesamte psychologische Feld und dies wirkt wiederum auf das Verhalten und die Entwicklung des Verhaltens der betroffenen Person (siehe auch Kästl, Gestalt Theory, Vol.29, No.1 S.70)

Negativ-Pol

- ◆ Schwere Konflikte
- ◆ Traumata
- ◆ Negative Affekte
- ◆ Fragmentierte Sinneseindrücke
- ◆ Zerstörte Zeitordnung
- ◆ Negative Kognitionen
- ◆ Sprachlosigkeit

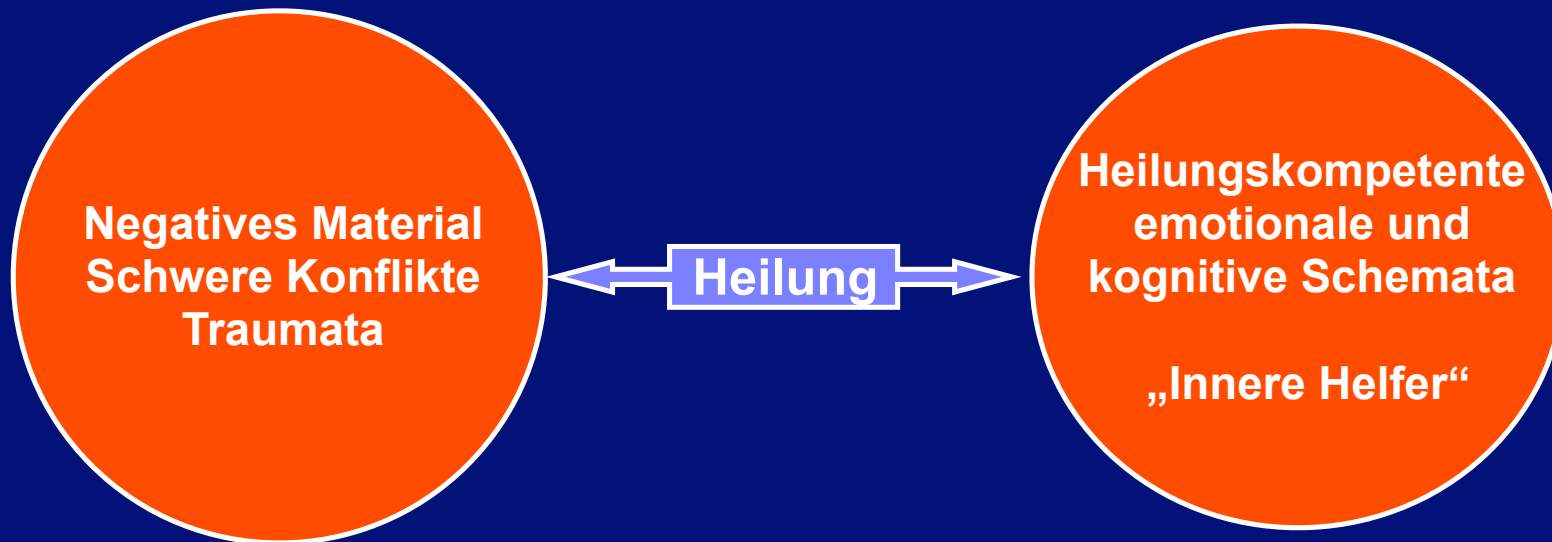


Positiv-Pol

- ◆ Ressourcen
- ◆ Fähigkeiten
- ◆ Salutogenetische Persönlichkeitsanteile
- ◆ Innere Helfer
- ◆ Tendenz zur guten Gestalt

Grundprinzip der Traumatherapie und der Psychotherapie an sich ist das Herstellen von Gleichgewichten zwischen dem unverarbeiteten emotionalen Material und den Heilungsressourcen (Plassmann 2006)

Gleichgewicht von positivem und negativem Pol



Der Heilungsvorgang zwischen diesen Polen hat oszillierenden, rhythmischen Charakter. Neurobiologische Untersuchungen zeigen, dass psychische Reorganisationsprozesse nicht linear ablaufen, sondern rhythmisch (Basar et al 2000)

Wir Therapeuten tragen Verantwortung für

- ◆ die Gestaltung der therapeutischen Beziehung
- ◆ die Wahl der therapeutischen Bühne
- ◆ für Gleichgewichte zwischen Trauma - Material und Ressourcen
- ◆ für die Modulation des optimalen Stress-Levels
- ◆ für die Aktivierung und Kontrolle regressiver Zustände