

Nur einen Schrei vom Glück entfernt?!

Wenn Chancen und Risiken dicht beieinander liegen Bondingpsychotherapie mit traumatisierten KlientInnen



Ute Schreckenberk & Daniela Feuerhak

Bad Grönenbach, 16.5.2009, Brügge (B) 8.6.2013

Für Neil, weil du gefragt hast

von Krishnabai

Unruhe, lange meine Feindin
besucht mich oft
in langen weiten Röcken,
in denen ihre Kinder
sich verstecken.

Sie kriechen hervor,
Wenn ich en Rücken gewandt hab.
Sie versuchen, mich zu holen.

Aus: „Trotz allem“ Bass/Davis1994

Ute Schreckenbergr & Daniela Feuerhak , 16.5.2009 Bad Grönenbach, 8.6.2013 Brügge (B)

Der Älteste Angst,
ist stark und grausam.
er springt auf meinen Rücken,
die Arme um meine Kehle,
schreit furchtbare Dinge in mein Ohr,
und auf schnellen Füßen spring ich
aus dem Fenster,
schreiend die Straße hinunter
in das Dunkel der Nacht hinein, und erst viel
später kehre ich zurück,
zerlumpt weinend, allein.

Und willst Du mir helfen,
wenn Angst mich in Griff hat:
beweg dich sanft, als gingest du
auf einen Schmetterling zu,
mit warmen ruhigen Augen,
bewahr dein Gleichgewicht,
bleib raus aus deiner Panik,
und, falls, wir irgendwann
diesen sicheren Ort erreichen -
halt mich bloß fest.

Unser Ziel war es nicht,
die passenden KlientInnen für die klassischen
Bondingmethoden zu finden,
sondern nach passenden Bondingmethoden für
die psychische Situation und für die Bedürfnisse
der KlientInnen zu suchen

Einflüsse auf Konzeptergänzungen

Traumatherapeutische
Weiterbildungen

Erkenntnisse
der Bindungsforschung
der Resillienzforschung

Die meisten unserer traumatisierten KlientInnen sind bindungstraumatisiert

- Chronische körperliche, sexualisierte und/oder seelische Gewalt in der Kindheit
- Permanente Vernachlässigung der körperlichen, emotionalen und/oder mentalen Bedürfnisse in der Kindheit

Traumatisierung:

Definition des Begriffs
und Verständnis
des Prozesses

„Traumatische Zange“

nach Michaela Huber

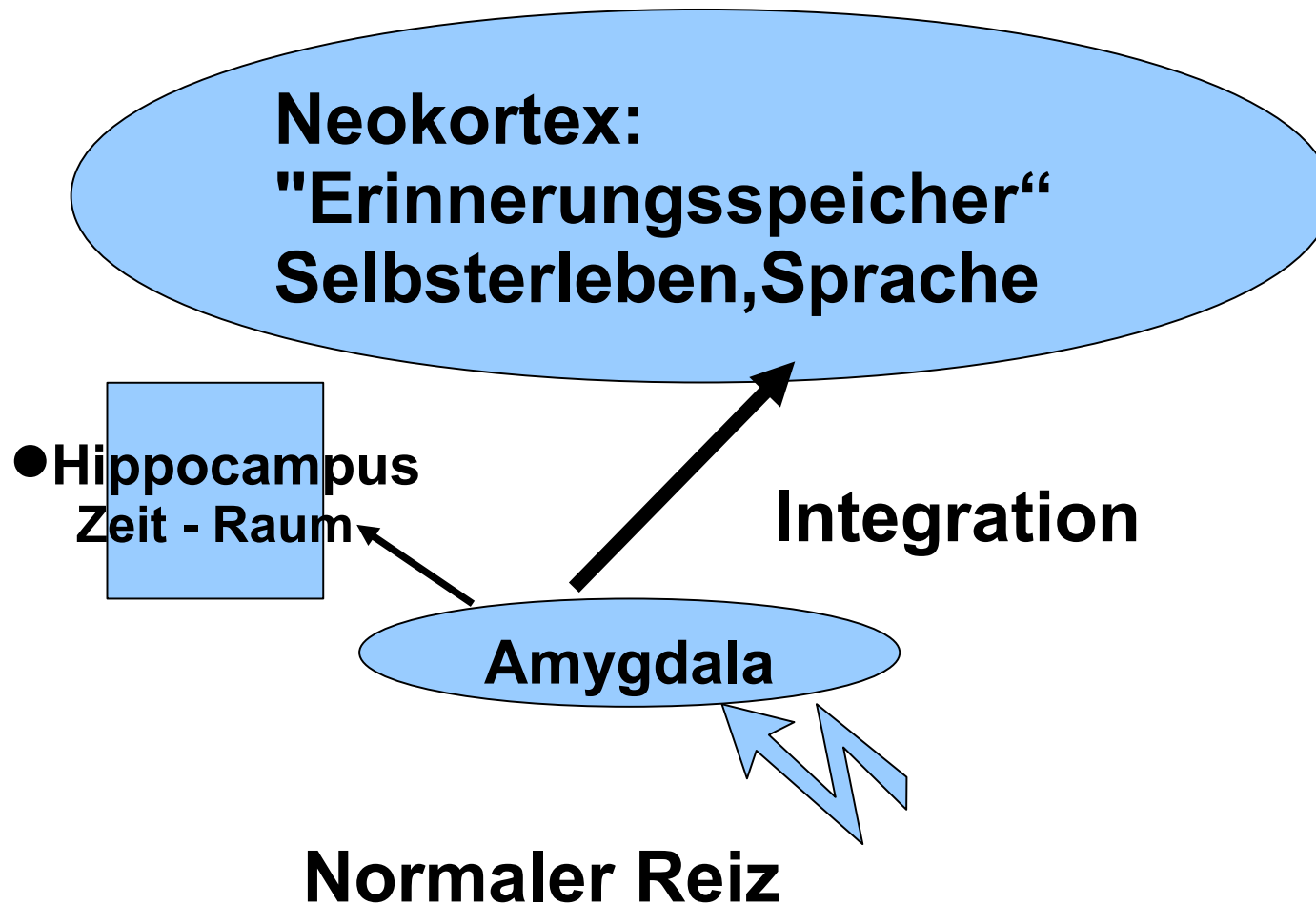
1. überflutende Angst (Todesnäheerlebnis)
2. Ausgeliefertsein (nicht entfliehen können)
3. Ohnmacht (nicht dagegen kämpfen können)

Prozess der Traumatisierung

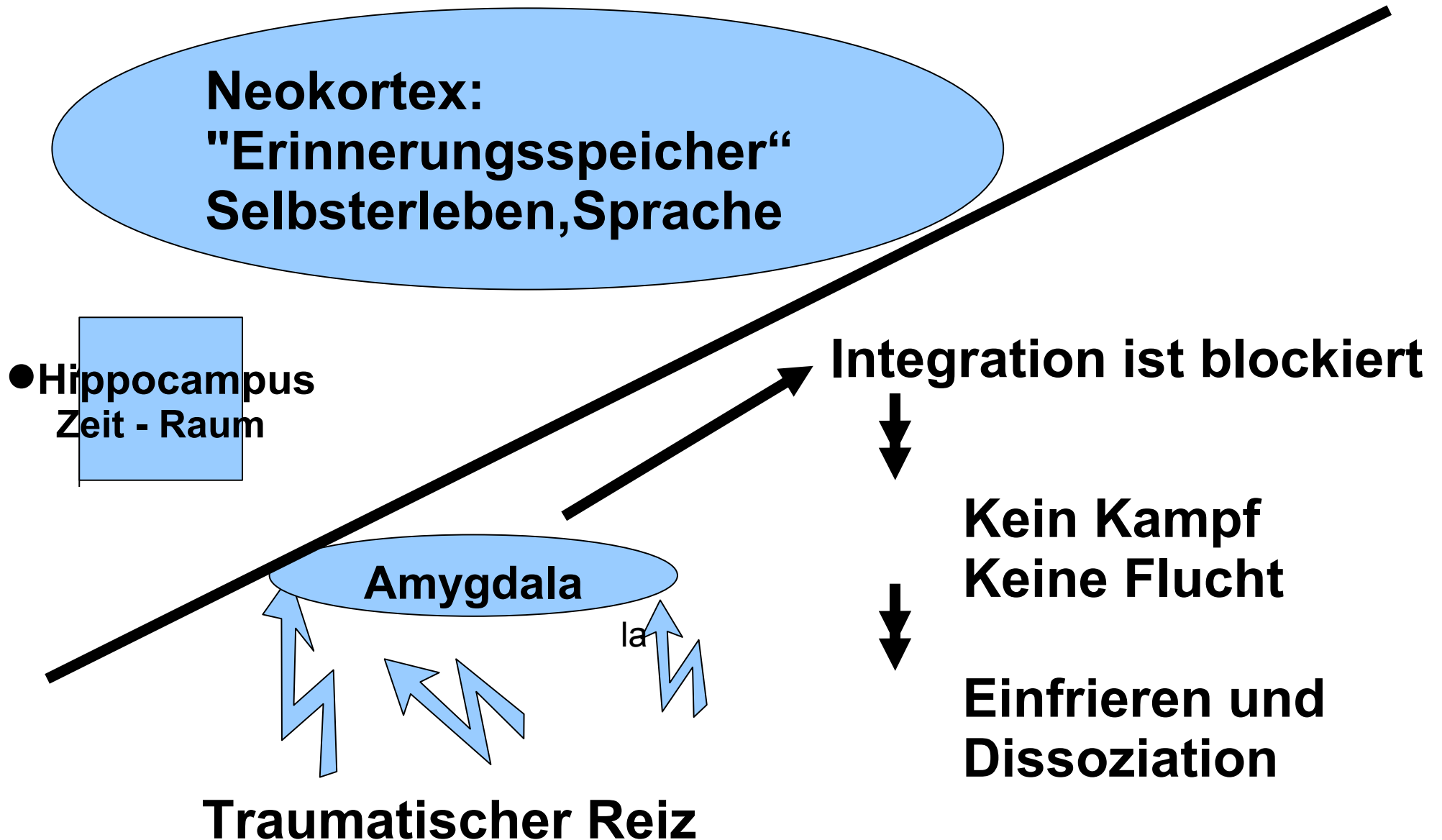
Traumatische Erfahrungen werden nicht auf übliche Weise andere Erfahrungen im Erinnerungsspeicher, dem Neokortex integriert.

Traumatische Erfahrungen und ihre zugehörigen Affekte bleiben häufig isoliert und abgespalten.

Neurobiologischer Prozess: Normaler Reiz und Integration



Neurobiologischer Prozess: Traumatischer Reiz und Dissoziation



Was bedeutet das für betroffene KlientInnen?

Und was bedeutet es für uns TherapeutInnen,
wenn wir ihnen Bondingpsychotherapie
anbieten?

Risiken of Retraumatisierung durch interaktiven Druck



Risiken durch diffuse Grenzen und Dissoziationsgefahr auf der Matte



Risiko durch
die Brüchigkeit
im Selbsterleben und
durch
traumabedingte
Überzeugungen und
Täterintrojekte

Ute Schreckenberg & Daniela Feuerhak ,
16.5.2009 Bad Grönenbach, 8.6.2013 Brügge (B)



Risiko durch den häufigen Wechsel der Partner



Diese Risiken haben zu Konzeptanpassungen geführt

- Integration des Paradigmas und der Methodik der Traumatherapie
- Herstellen von äußerer Sicherheit im Setting
- Fokus auf Resilienzen und Ressourcen
- Annäherungsübungen
- Modifizierte Haltepositionen und Konfrontationsregeln

Paradigma und Methoden der Psychodynamischen Imaginativen Traumatherapie

nach Luise Reddemann:

- Klare therapeutische Struktur
- Transparente nicht-konfrontierende therapeutische Beziehung
- Techniken wie „Überflutungsstops“
- Therapie auf „der inneren Bühne“ mit Imaginationen
- Arbeit mit dem „Inneren Kind“/Jüngeren Ichs“ bzw. mit verschiedenen Ich-Zuständen/ego-states

Anpassung im Setting

- Umfangreiche Anamnese durch
- Vorgespräche, komplexe Fragebögen und
- Eingangsrunden am Anfang
- Arbeit in Kleingruppen
- Integration von beruhigenden, stabilisierenden
- Übungen
- Individuelle Vereinbarungen über Pausen und Auszeiten
- Raum für Einzelkontakte
- Arbeit mit begrenzter Teilnehmerzahl (16/2)

Innerer sicherer Ort

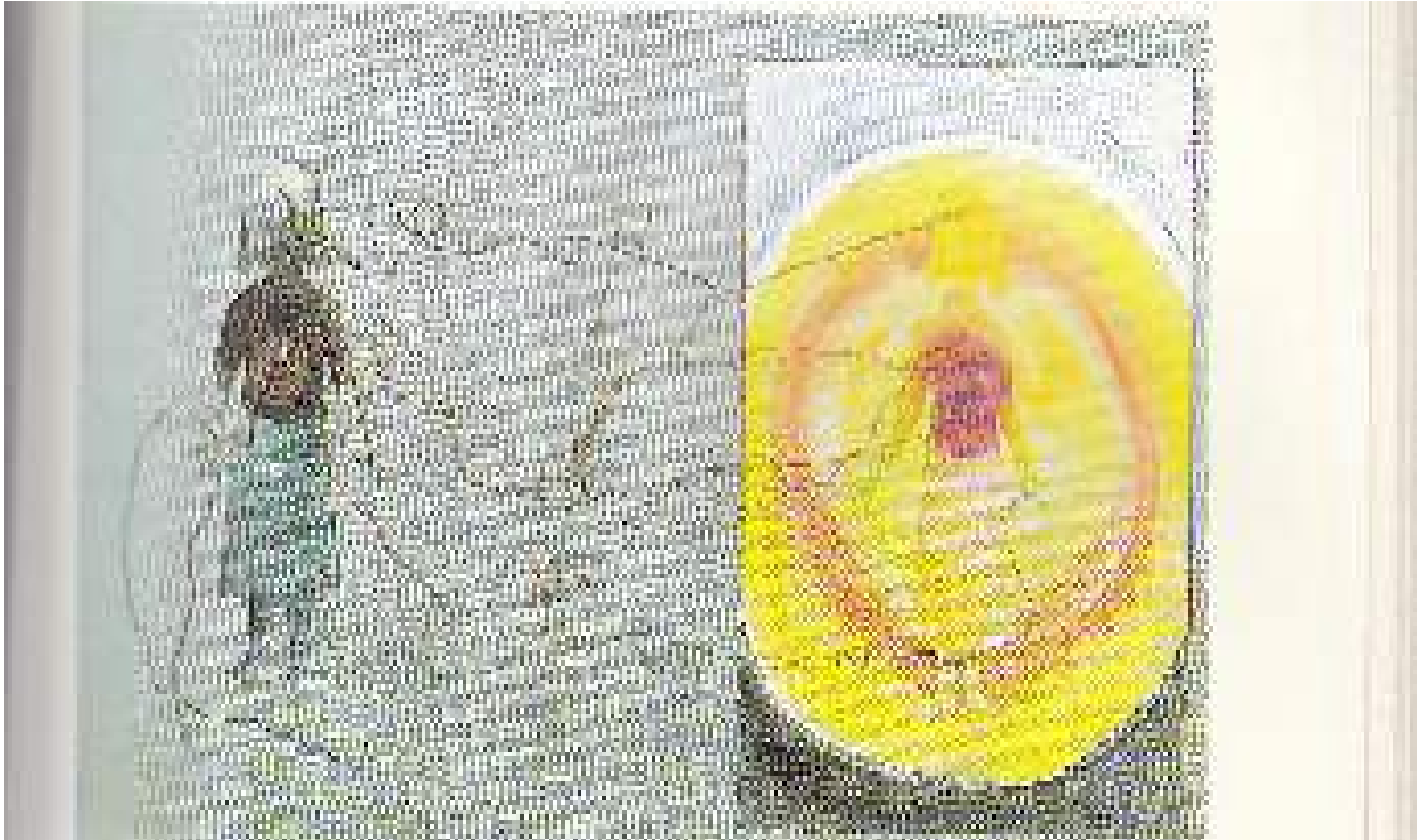


Ute Schreckenberg & Daniela Feuerhak , 16.5.2009 Bad Grönenbach, 8.6.2013 Brügge (B)

Aufbau einer heilenden Beziehung

- Wechselseitige Einstimmung
- Reflexiver Dialog
- „Reparieren“ nach unterbrochener Kommunikation
- Kohärente Geschichten
- Emotionale Kommunikation

“Reparieren“ eines unterbrochenen Kontakts



Ute Schreckenbergr & Daniela Feuerhak , 16.5.2009 Bad Grönenbach, 8.6.2013 Brügge (B)

Richard Kluft

amerikanischer Psychiater und Traumatherapeut :

The slower you go, the faster you get there !

Make haste slowly !

***Mitten im Winter habe ich erfahren,
dass es in mir
einen unbesiegbaren Sommer gibt.***

Albert Camus