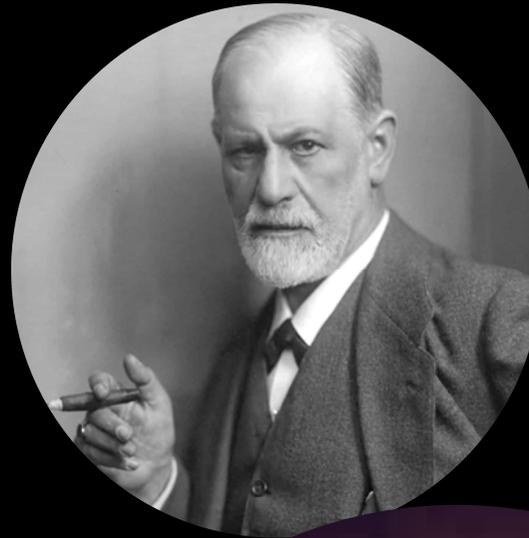


Grundlagen tiefenpsychologischer- analytischer Therapie

Julian Merrill, Klinikum Stuttgart, 11.06.2024

Was ist analytische
bzw.
tiefenpsychologisch
fundierte
Psychotherapie?



Psychotherapie in Deutschland

- Im deutschen Gesundheitssystem sind aktuell vier Verfahren („Richtlinienverfahren“) für die von den gesetzlichen Krankenkassen finanzierte Psychotherapie und als anerkannte vertiefte Ausbildungen zugelassen
- Analytische Psychotherapie
- Tiefenpsychologisch fundierte Psychotherapie
- Verhaltenstherapie
- Systemische Psychotherapie

Unterschied Tiefenpsychologie und analytische Psychotherapie

- Beide zählen zu den psychodynamischen „aufdeckenden“ Therapieverfahren
- Tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie: Konzentration des therapeutischen Prozesses durch Begrenzung des Behandlungszieles, durch ein vorwiegend konfliktzentriertes Vorgehen und durch Einschränkung regressiver Prozesse angestrebt; sie fokussiert auf die Bearbeitung eines aktuellen Konfliktes.
- Die analytische Psychotherapie fokussiert Persönlichkeitsanteile, lebensüberdauernde Muster im Erleben und Verhalten, von Denk- und Bewertungsprozessen wie v. a. auch Muster in Beziehungen.

Unterschied TP und analytische Psychotherapie?

- Der Wissenschaftliche Beirat Psychotherapie empfiehlt weiterhin, beide Verfahren zu einem einzigen Verfahren namens „Psychodynamische Psychotherapie“ zusammenzufassen und somit auch die Ausbildung zu vereinheitlichen, womit eine alleinige Ausbildung und Ausübung der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie nicht mehr möglich wäre (Standard wäre dann die derzeit sog. integrierte Ausbildung in analytischer und tiefenpsychologisch fundierter Psychotherapie).

Psychodynamische Verfahren

- Im Rahmen der TP geht man davon aus, dass in der Tiefe liegende, unbewusste psychische Vorgänge eine Wirkung auf die psychische Gesundheit des Menschen haben. Unbewusste Konflikte oder verdrängte Erfahrungen sind aus dieser Sichtweise heraus ein sinnvoller Ansatzpunkt, um psychische Störungen zu behandeln.
- Im Unterschied zur Verhaltenstherapie liegt der Schwerpunkt damit deutlich weniger auf der unmittelbaren Beeinflussung des Verhaltens des Patienten, sondern auf einer Klärung der zugrundeliegenden Ursachen, wodurch indirekt bzw. in der Folge eine Verringerung der Beschwerden eintreten soll

Wie häufig?

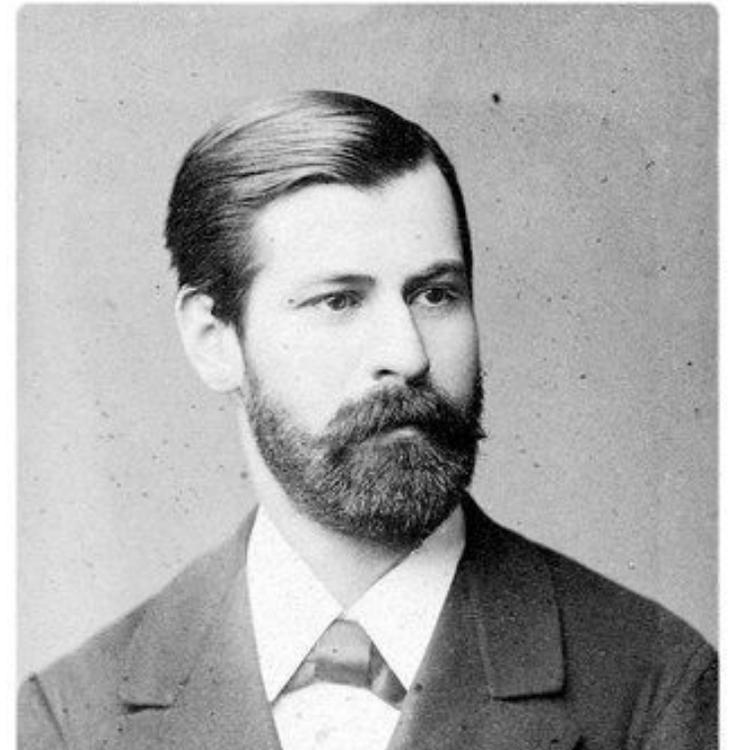
- Die analytische Psychotherapie wird von den gesetzlichen Krankenkassen mit 80–240 Stunden (maximal 300 Std.) mit in der Regel maximal drei Behandlungsstunden in der Woche als Einzelpsychotherapie übernommen
- Als Gruppentherapie kann sie 80–120 Stunden (max. 150) zweimal in der Woche übernommen werden. Bei Kindern und Jugendlichen liegen diese Werte etwas niedriger.
- Unter psychotherapeutisch tätigen Psychoanalytikern ist es daher durchaus üblich, auch bei einer analytischen Psychotherapie im Sinne der Psychotherapie-Richtlinien von einer Psychoanalyse zu sprechen.
- Hier geht es oft auch um das Meistern eines Spagates zwischen den Vorgaben der Richtlinien (und deren Vorteile für Behandler und Patient) und der „Reinhaltung“ der hochgesteckten analytischen Standards.
- TP: Krankenkassen übernehmen in der Regel höchsten 60-100 Stunden
- Klassische Psychoanalyse kann mehrere Jahre gehen

„Die Psychoanalyse“ kann unterschiedliche Bedeutungen bzw. Anwendungen haben

1. Erklärungsmodell für die menschliche Psyche – wie funktioniert der “Mensch?” Wie funktioniert der Geist? Wie entwickelt sich das Kind etc? - sehr umfassendes, weites Feld
2. Behandlungsmethode zur Heilung/Linderung von psychischen Symptomen. Im weitesten Sinne Gesprächstherapie: TP und AP
3. Kulturtheorie : Untersuchung kultureller Phänomene „Zur Psychopathologie des Alltagslebens“, 1904, Freud

Sigmund Freud – Gründer der Psychoanalyse

- Sigmund Freud - geboren am 6. Mai 1856 als Sigismund Schlomo Freud in Freiberg in Mähren, damals Kaisertum Österreich, heute Tschechien; gestorben am 23. September 1939 in London
- Gilt als einer der einflussreichsten Denker der 20 Jhts.
- Medizinstudium, Universität Wien
- Erstes Forschungstätigkeit: Aalhoden, Nevensystem von Fischen
- Anschließend nahm ihn der Zoologe Carl Claus – von Peter Gay zu den „erfolgreichsten und fruchtbarsten Propagandisten Darwins in deutscher Sprache“ gezählt – als Famulus in sein Labor auf
- Seine umfassende Neugier und sein Hang zur Forschung hinderten ihn daran, seinen Doktorgrad innerhalb der üblichen fünf Jahre zu erwerben

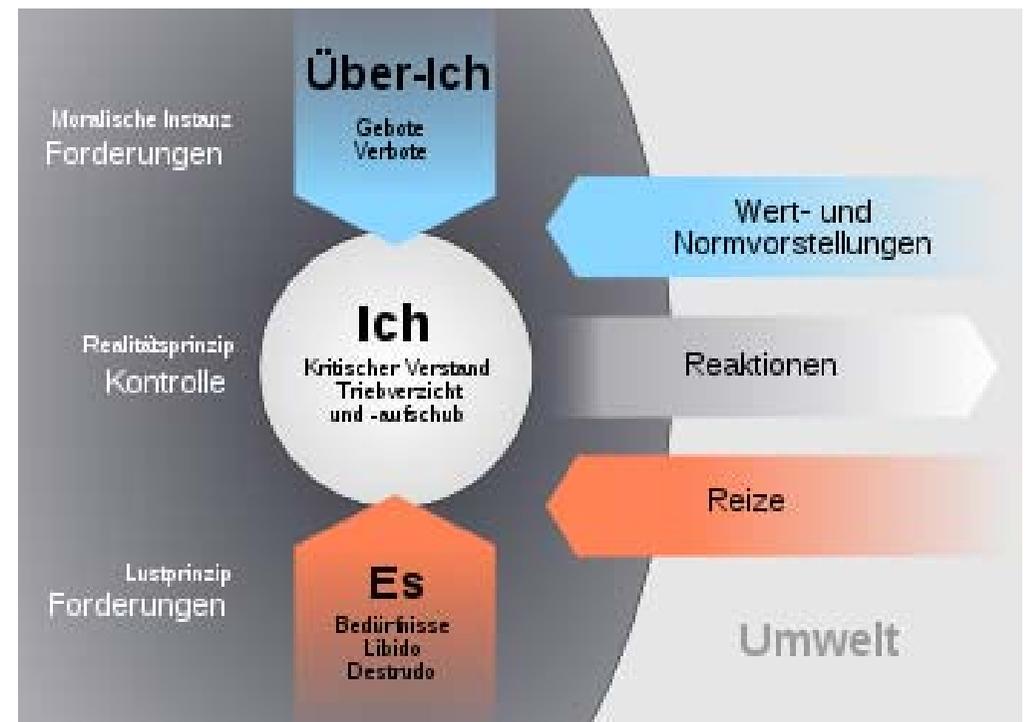


Grundannahmen Psychoanalytische Theorie

- Die Entwicklung einer Person kann von vergessenen Kindheitserinnerungen und Traumata bestimmt werden.
- Menschliches Verhalten und Erleben kann unbewusst und von Trieben bestimmt sein.
- Versuche, dieses unbewusste Material ins Bewusstsein zu bringen, können zu Widerständen in Form von Abwehrmechanismen führen, zum Beispiel Verdrängung.
- Konflikte zwischen bewusstem und unbewusstem Material können zu psychischen Störungen führen.
- Unbewusstes Material kann in Träumen, Versprechern, misslungenen Handlungen und Witzen auftreten.
- Linderung und Heilung von Symptomen innerhalb der Psychoanalyse können durch das Bewusstmachen und Durcharbeiten unbewussten Materials erreicht werden.

Instanzen-Modell

- „Wo es war, soll ich werden“
- Je mehr sich ein Mensch bewusst wird, welche Energien aus dem ES auf ihn einwirken, desto größer wird sein persönlicher Freiheitsgrad.



„Zugang zum Unbewussten“

- Hypnose – von Freud wieder verworfen, aber: Behandlung im Liegen
- Traumdeutung – „Die Traumdeutung“ (1900) gehört zu den meistgelesenen und einflussreichsten Büchern des 20. Jahrhunderts.
- Freud betrachtet den Traum als den Wächter oder Hüter des Schlafes, insofern durch ihn schlafstörende Regungen in Form einer halluzinatorischen Wunscherfüllung beseitigt werden. In unseren Träumen manifestieren sich Freud zufolge verdrängte aktuelle sowie aus der Kindheit stammende Wünsche, die durch die Trauminhalte in entstellter Form als erfüllt dargestellt werden, weshalb die Traumdeutung auch die Via regia [lat.: der Königsweg] zur Kenntnis des Unbewussten im Seelenleben sei
- Es konnten mittlerweile anhand neuropsychologischer Untersuchungen neurologisch fundierte Belege für die Gültigkeit der These, wonach Träume Wunscherfüllungen sind, erbracht werden.

Freie Assoziation

- Die freie Assoziation, auch freies Assoziieren oder Methode der freien Einfälle genannt, ist eine Methode der psychoanalytischen Selbsterfahrung und Therapie, wie sie ursprünglich von Sigmund Freud entwickelt wurde. Der Analysand soll seinen Einfällen (Assoziationen) zu Personen, Ereignissen, Träumen und Dingen oder Symbolen völlig freien Lauf lassen, ohne seine Äußerungen zu zensieren, auch wenn sie ihm als unpassend, unangenehm, sittenwidrig, unsinnig oder unwichtig erscheinen.
- Die freie Assoziation ist in der Freud'schen Behandlungstechnik die sogenannte Grundregel und die einzige unentbehrliche Methode, um das Unbewusste zu erforschen – sofern ihr der Psychoanalytiker mit seiner „frei schwebenden Aufmerksamkeit“ begegnet und zu einer Deutung findet. Die „Grundregel“ stellt mit der „Traumdeutung“ und der „Analyse der Fehlleistungen“ die drei wichtigsten technischen Mittel der klassischen Psychoanalyse dar.

Freud sprach von 3 großen Kränkungen der Menschheit, (1917 „Eine Schwierigkeit der Psychoanalyse“)

Freud nennt drei große Einschnitte, die der naive Narzissmus des menschlichen Bewusstseins durch den historischen Fortschritt wissenschaftlicher Erkenntnis erlitten habe:

1. Die kosmologische Kränkung: Die erste Erschütterung sei die mit dem Namen Kopernikus verknüpfte Entdeckung gewesen, dass die Erde nicht der Mittelpunkt des Weltalls ist
2. Die biologische Kränkung: Die zweite Kränkung lag in der Entdeckung, dass der Mensch aus der Tierreihe hervorgegangen ist (Evolutionstheorie Darwins)
3. Die psychologische Kränkung: Die dritte Kränkung sei die von ihm entwickelte Libidotheorie des Unbewussten; ein beträchtlicher Teil des Seelenlebens entziehe sich der Kenntnis und der Herrschaft des bewussten Willens. Die Psychoanalyse konfrontiere das Bewusstsein mit der peinlichen Einsicht, (...) daß das Ich nicht Herr sei in seinem eigenen Haus.

Freud: Wie jede wissenschaftliche Neuerung müsse sie sich gegen das etablierte Denken durchsetzen. Aber der „größere Anteil rührt davon her, daß durch den Inhalt der Lehre starke Gefühle der Menschheit verletzt worden sind.“



Anna O

- Patient Zero der Psychoanalyse, Frauenrechterlin, Sie war Gründerin des Jüdischen Frauenbundes sowie des Mädchenwohnheims Neu-Isenburg
- 1883 erzählte Josef Breuer Sigmund Freud, der damals Neurologe war, wie er Anna O., eine seiner Patientinnen, die an Symptomen der Hysterie litt, behandelt hatte. Diese Patientin erzählte einfach ihre Geschichte, über ihre Halluzinationen, Sehstörungen, Paralysen usw. Nach einer solchen Behandlung ließen ihre Beschwerden Breuer zufolge nach, bevor die Symptome ganz verschwunden seien, so dass Anna O. die Behandlung „talking cure“ nannte.
- 1895 veröffentlichten Breuer und Freud ihre Studien über Hysterie. Dieses Jahr wird daher häufig als „Geburtsjahr der Psychoanalyse“ bezeichnet. Die Entstehung der Psychoanalyse kann als das „Ineinandergreifen dreier gleich bedeutsamer Prozesse“ begriffen werden:
- Überwechseln Freuds von der Physiologie zur Psychologie und die schrittweise Entdeckung der Gesetzmäßigkeiten des unbewussten Seelenlebens
- Preisgabe manipulativer und suggestiver Techniken bei der Behandlung zugunsten der freien Assoziation und einer methodisch in Gang gebrachten therapeutischen Selbstreflexion
- Erste Fall geschildert, in dem es gelang, die Hysterie „vollständig zu durchleuchten“ und die Symptome zum Verschwinden zu bringen. Ihre Aussage, dass das Aussprechen ihr helfe, ihre Seele zu entlasten, entspricht der später als „Katharsis-Theorie“
- Freud bezeichnete sie deshalb als die „eigentliche Begründerin des psychoanalytischen Verfahrens“. Aufgrund dieser Fallgeschichte wurde die Aussage, „der Hysterische leide größtenteils an Reminiszenzen“, also traumatischen Erinnerungsinhalten, die durch Erzählen „verarbeitet“ werden können, erstmals formuliert.

Weitere Schritte

- 1896 verwendet Freud in seinem Aufsatz Zur Ätiologie der Hysterie erstmals den Begriff „Psychoanalyse“; im selben Jahr hält er hierzu einen Vortrag im Wiener Verein für Psychiatrie und Neurologie, in welchem er seine „Verführungstheorie“ darlegt, laut der in der Pathogenese der Hysterie tatsächlicher sexueller Missbrauch eine entscheidende Rolle spielt.
- Auf die Verführungstheorie folgte, als alternativer Erklärungsansatz, die Theorie der infantilen Sexualität und des Ödipuskonflikts. Die Impulse, Fantasien und Konflikte, die Freud zuvor hinter neurotischen Symptomen aufgedeckt hatte, stammen dieser Theorie zufolge nicht von externen schädlichen Einflüssen, sondern er schrieb sie ausschließlich der innerpsychischen Welt des Kindes zu.
- 1900 behandelte Freud Ida Bauer, deren Krankengeschichte er 1905 unter dem Titel Bruchstücke einer Hysterie-Analyse in einer Fachzeitschrift veröffentlichte („Dora“).

Zur Psychopathologie des Alltagslebens (1904)

- Freud führt in seiner Studie seine Theorie aus, wonach ein Großteil alltäglicher Fehlleistungen, wie das Versprechen, Vergessen, Verschreiben, Vergreifen, Verlegen von Gegenständen und anderen Fehlhandlungen und Irrtümern Ausdruck unbewusster Absichten ist.
- Anwendung der Methode der Psychoanalyse auf ein bekanntes Phänomen.
- In Fontanes L'Adultera eine junge Frau ihrem Ehemann einen Ball zuwerfen, wirft ihn aber „versehentlich“ einem danebenstehenden jungen Mann zu, den sie – noch unbewusst – erwählt hat und der später ihr Liebhaber wird.
- Zur psychologischen Bedeutung von Versprechern führt Freud Stellen in den Werken Shakespeares und Schillers an, stützt sich aber vor allem auf die Sammlung von Versprechern des österreichischen Sprachwissenschaftlers Rudolf Meringer, die wenige Jahre vorher erschienen war.
- Ebenso werden von alters her dem Vergessen oder falschem Erinnern von Namen und Sachverhalten nachvollziehbare Motive unterstellt.

Der Ödipuskonflikt

- Erklärungsmodell der konflikthaften psychosexuellen Entwicklung im frühen Kindesalter
- Nach heutigem Verständnis beschreibt der Ödipuskonflikt die Gesamtheit aller Liebes- und Hassgefühle und der sich daraus entwickelnden Schuldgefühle eines Kindes als Resultat der erlebten personalen Beziehungen, einschließlich der unbewussten intersubjektiven und familiendynamischen Vorgänge.
- Zur Bewältigung des Ödipuskonflikts gehöre:
 - die Anerkennung der Generationengrenze,
 - die Anerkennung der Mutter und des Vaters
 - die Anerkennung der Eltern als sexuelles Paar
- das Durcharbeiten der Trauer über die sich nicht erfüllenden erotischen Bindungen an die Eltern sowie der Aggressionen aufgrund der Rivalität gegenüber dem einen Elternteil
- Aus Sicht der Eltern sei eine Bearbeitung der ambivalenten Regungen von Liebe und Hass, Fürsorge und Destruktion von Bedeutung, die mit der Geburt eines Kindes immer verbunden seien. Auch können unbewältigte ödipale Konflikte aus der eigenen Kindheit reaktiviert werden und müssen neu bearbeitet werden.

Mythos Ödipus

- Bildung des Begriffes Ödipuskomplex
- griechischen Mythologie überlieferte Figur des Ödipus, dessen Tragödie der Nachwelt u. a. in Sophokles' Drama König Ödipus erhalten blieb.
- Ödipus hatte – ohne es zu wissen – seinen eigenen Vater, König Laios von Theben getötet.
- Später, nachdem er erfolgreich das Rätsel der Sphinx gelöst hatte, erhielt er als Belohnung seine eigene Mutter Iokaste zur Ehefrau – auch dies ohne sein Wissen.
- Als er erkennt, dass er mit seiner Mutter jahrelang im Inzest gelebt hat, sticht er sich die Augen aus und geht als blinder Mann ins Exil.
- Ödipus' Geschichte wird oft verstanden als eine von vornherein vom Schicksal besiegelte und durch ein Orakel vorhergesagte Tragödie, die Ödipus mehr oder weniger unfreiwillig widerfährt.

Kurzfilm Ödipus (2004)

- https://www.youtube.com/watch?v=8OkMqp_a188

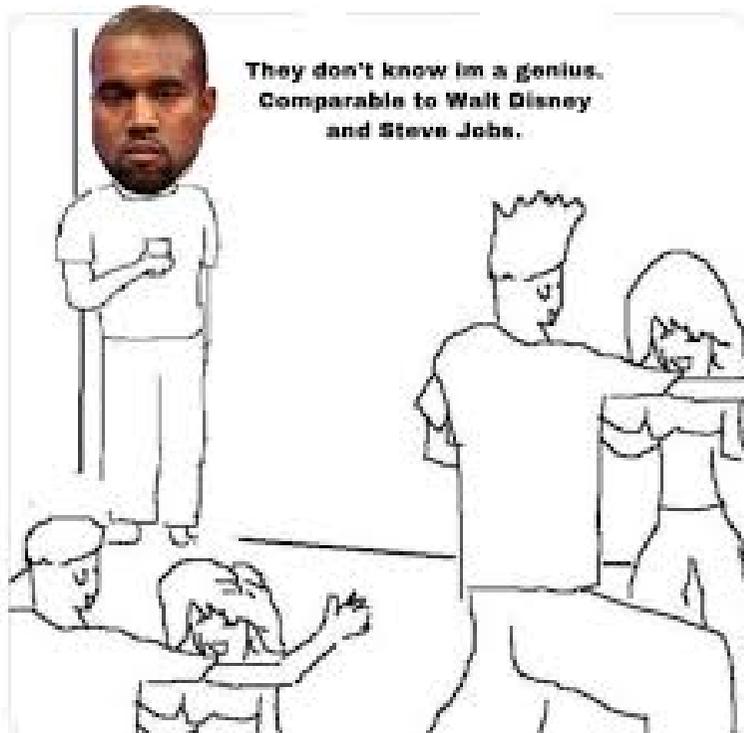
„Triangulierung“

- Der klassischen Psychoanalyse zufolge gewinnt der Vater Bedeutung für das kleine Kind, indem er ihm hilft, sich von der Mutter abzulösen und den Ödipuskonflikt zu bewältigen.
- In der ödipalen Phase begehrt der Sohn die Mutter und rivalisiert deshalb mit dem Vater. Da er die Mutter jedoch nicht gewinnen kann, löst er diesen Konflikt, indem er sich allmählich mit dem Vater identifiziert und versöhnt.
- So kann auch im Rahmen der klassischen Psychoanalyse die Triangulierung durch den Vater als notwendiger, äußerer Umstand betrachtet werden, der für die kindliche Entwicklung erforderlich ist.
- Diese Entwicklung kann im günstigsten Fall in den ersten Lebensjahren erreicht werden und betrifft die Verinnerlichung von drei „ganzen“ Objektbeziehungen. „Ganz“ sei hier verstanden als: inklusive aller auch gegensätzlichen Anteile eines jeweiligen Objektes („gute“ und „böse“ etc.). Diese drei Objekte/Objektbeziehungen betreffen die Beziehungen des Kindes 1) zur Mutter, 2) zum Vater und 3) die Beziehung der Eltern zueinander.
- Die psychoanalytische Objektbeziehungstheorie sieht auch schon in der frühen Kindheit die triadischen Beziehungen als wirksam und nicht nur die dyadische. Melanie Klein, eine frühe Objektbeziehungstheoretikerin, vertrat z. B., dass der Ödipuskomplex bereits in der ganz frühen (bis dahin als „präödipal“ angesehenen) Kindheit bestehe.
- Misslungene Triangulierung liegt im Verständnis der Psychoanalyse dann zugrunde, wenn in irgendeiner Form die Ablösung von den Eltern (Autonomie-Entwicklung) eines Menschen nicht vollzogen ist. Hätte dieser Mensch als Kind die Möglichkeit gehabt, mittels eines triangulierenden Dritten eine „zweite Meinung“ einzuholen, so hätte er sich eine eigene, unabhängige Meinung zu einem vorliegenden Problem bilden können.

Ödipale Memes – Das Ausgeschlossenensein



Ödipale Memes



Übertragung

- Übertragung bezeichnet den Vorgang, dass ein Mensch alte – oftmals verdrängte – Gefühle, Affekte, Erwartungen (insbesondere Rollenerwartungen), Wünsche und Befürchtungen aus der Kindheit unbewusst auf neue soziale Beziehungen überträgt und reaktiviert. Ursprünglich können diese Gefühle auf Eltern, Geschwister oder andere Bezugspersonen der Kindheit bezogen gewesen sein, bleiben aber auch nach der Ablösung aus dem Elternhaus in der Psyche präsent und wirken dort weiter.
- Dieser Prozess reaktualisiert sich in der therapeutischen Beziehung
- Ermöglicht dadurch „korrigierende Beziehungserfahrung“

Positive und negative Übertragung

- Man unterscheidet generell zwischen positiver und negativer Übertragung. Bei der positiven Übertragung werden positive Anteile früherer Beziehungen (Liebe, Zuneigung, Vertrauen) übertragen, bei der negativen Übertragung negative Anteile (Hass, Abneigung, Wut, Misstrauen).
- Meist beide Pole vorhanden sind, nur dass die eine Art der Übertragung im Vordergrund steht, der andere, unbewusste Gegenpart dagegen im Hintergrund. Dies tritt jeweils in kleinen Teilen hervor, etwa in sarkastischen oder ironischen Äußerungen, in Fehlleistungen, oder in negativen Äußerungen über eine (nicht anwesende dritte) Person, die man nicht mag.

Die „Gegenübertragung“

- Die Gegenübertragung ist das Gegenstück zur Übertragung
- Sie kommt durch den Einfluss des Patienten auf das unbewusste Fühlen des Therapeuten zustande. Daher forderte Freud, dass der Analytiker diese Gegenübertragung in sich erkennen müsse (Lehranalyse)
- Der Analytiker nimmt in der Wahrnehmung des Analysanden zum Beispiel (dem Analysanden zunächst unbewusst) die Rolle des Vaters ein.
- Der Konflikt (mit dem Vater) wird durch das Quasi-Vorhandensein des Vaters bewusst und kommunizierbar gemacht und kann über die Auseinandersetzung mit dem Therapeuten gelöst werden.
- Frühere Gefühle und Wahrnehmungen werden dabei auf den Analytiker übertragen (beispielsweise ein Ausgeliefertsein) und es wird nach Möglichkeiten gesucht, auf adäquate Weise im Heute damit umzugehen (beispielsweise bei dem Vorwurf des empfundenen Schmerzes, der Wahrnehmung der eigenen Hilflosigkeit, dem Verstehen des Selbst, Verzeihen).

Beispiele aus dem Alltag

- Dieser Mechanismus lässt sich in vielen ähnlichen Situationen des sozialen Lebens wiederfinden:
- Stark negative Reaktionen auf narzisstische Kränkungen gehen auf Bevorzugung anderer Geschwister und Lieblosigkeit zurück
- Trennungsängste basieren entweder auf Trennungserfahrungen in der Kindheit oder auf einer sehr starken und gut ausgeprägten Bindung zu bestimmten Personen
- Spontane Sympathie/Antipathie gegenüber bestimmten Personen:
Die Ursachen sind Parallelen zu Personen der Vergangenheit.

Auszug aus der „stationären Psychotherapie“

- Folgende Folien entstammen einem „Konzepttag“ für eine Station in der Kinder u. Jugendpsychiatrie:

Was heißt hier „analytisch?“ (Ganz konkret und praktisch für unsere Arbeit auf der Station)

- Heißt nicht, dass Patienten liegend 4-stündig behandelt werden oder dass es keine Verstärkerpläne oder andere Ansätze im stationären Setting bei uns gibt (operante Konditionierung, Verstärkung, Extinktion, Expos, Psychoedukation ...)
- Psychoanalytisches Denken (auch die Gesprächstherapie an sich) geht auf Freud zurück und betont die Bedeutung des „Unterbewussten“ im Rahmen eines therapeutisch-heilsamen Prozesses – seitdem unterschiedliche Weiterentwicklungen
- Kernberg, 1991: „Die wichtigste Erscheinung der Wandlung in der Psychoanalyse ist die Tendenz immer mehr auf die Deutungen im Hier und Jetzt zu fokussieren.“
- Die Einzeltherapie (bisher überwiegend), die Gruppentherapie und die Analytische Supervision auf der Ju2 beruhen auf ein analytisch-tiefenpsychologischen Ansätzen
- Analytisches Denken darüber hinaus als Werkzeug, um die Psychodynamik/ die Beziehungsebene zu reflektieren – analytisches Denken zeichnet sich unter anderem auch durch ein besonderes Bewusstsein für Räume (sowohl konkrete als auch „Denkräume“), in dem Prozesse (Entwicklung) passieren können/dürfen

„Verstrickungen“ mit Patienten – wie gehen wir damit um? Großer Teil der Arbeit in der KJP

- „Die vielleicht wichtigste Funktion des psychoanalytischen Denkens im stationären Bereich ist die Unterstützung der Mitglieder des Behandlungsteams beim Umgang mit emotionalen Verstrickungen mit den schwer gestörten jungen Patienten. Deren Affekte sind sozusagen «ansteckend», und es ist immer wieder erstaunlich, wie es die Patienten schaffen, innerhalb des Behandlungsteams Beziehungsstrukturen und heftige Gefühle entstehen zu lassen, die ein für sie und ihr häusliches Umfeld spezifisches Muster wiederholen“
- *Branik – Kinderanalyse, 2001*

Einen (stationären) Therapieraum zu eröffnen bedeutet auch, die Bearbeitung von Konflikten überhaupt erst zu ermöglichen – so können Entwicklungsblockaden aufgehoben und neue Erfahrungen gemacht werden

“Erst diese Öffnung bringt grundsätzlichen Koordinaten des realen psychischen Erlebens hervor .(...) All diese Schritte schließlich vermögen dem traumatischen Erleben der frühen Kindheit seine zerstörerische Macht zu nehmen, so daß es in den unterschiedlichsten Ausdrucksformen aktualisiert, bearbeitet und durchgearbeitet werden kann.”

- *Storck, KA*

Verhaltenstherapie

- Geht ursprünglich aus lerntheoretischen Ansätzen hervor:
- Für uns wertvoll: operante Konditionierung: Bestrafung wenig wirksam (erzeugt Angst, aber keine neue Lernerfahrung) Extinktion oder Verstärkung wirksam
- Wirksamkeit von VT evidenzbasiert: Effektiv u.a. bei der Reduktion von Zwängen (Zwangspyramide), Angststörungen, Anorexie, etc...
- Verschiedene neue und spannende Ansätze, mittlerweile "4te Welle" (Einbezug des Körpers)
- Unterschiedliche Ansätze finden auch bei uns Platz Anwendung
- Beispiel: Psychoedukation, Bearbeitung von negativen Kognitionen erfolgt im Rahmen der Einzeltherapie – psychodynamische Prozesse im Team der Patientengruppe werden reflektiert (finden so oder so statt)

Systemische Ansätze

- Kundenorientierung – klarer Auftrag - Ziele
- Ressourcenorientierung
- Grundsätzlich wertschätzende Haltung durch Betonung von Komplexität und subjektive Sicht der Patientinnen
- Aus Sicht der Patientinnen hat (auch pathologisches) Verhalten – innerhalb eines komplexen Systems – immer einen Sinn
- Gut integrierbar und sehr wertvoll, auch weil systemische Ansätze vor den möglichen „Pitfalls“ bzw. Gefahren anderer Therapieverfahren schützen können
- Auch Psychotherapie hat Nebenwirkungen ..
- Mögliche Gefahren/Nebenwirkungen von Psychotherapie
- 1. kann manchmal zu defizitorientiert sein 2. Machtmissbrauch kann im Rahmen von therapeutischen Beziehungen auftreten 3. Übermäßige Regression der Patientinnen wird zugelassen oder gefördert

- Das tragende und ausschlaggebende Moment einer institutionellen Psychotherapie stellt eine psychoanalytische Grundhaltung oder Grundeinstellung dar, die in der Einrichtung eine Atmosphäre und ein Klima schafft, das man auch einen psychotherapeutischen Raum nennen kann. Diese Grundhaltung und Grundeinstellung versucht folgendes zu bewirken: Sie gibt Gesagtem und Agiertem, welche in einer gewöhnlichen Umgebung Abstoßung, Entfremdung oder sogar Ausschluß hervorrufen, den Wert einer wichtigen Aussage und Mitteilung.
- (Jochen Stork, Kinderanalyse)



„Acting out“ -- Station kann auch als Bühne betrachtet werden

- „Die Mehrzahl der stationären kinder- und jugendpsychiatrischen Patienten hat vor dem Hintergrund von Bindungsunsicherheit, Traumata und/oder strukturellen Störungen der Persönlichkeitsentwicklung große Probleme, Affekte zu symbolisieren. Sie werden vielmehr handelnd dargestellt und in der Umgebung erzeugt. Die psychodynamische Betrachtungsweise vermag durchaus, die Bindungs-, Kontext- und Beziehungsabhängigkeit vieler Symptome und Interaktionen zu konzeptualisieren, und damit Regressionen durch angemessene Interventionen und Gestaltung des Settings entgegen zu wirken. Ein stringentes und durch entsprechende Qualifikationen der Mitarbeiter getragenes Konzept ist dabei unentbehrlich.“
- Branik 2006

Beispiele

- John: Coolness beim Abschied als Ausdruck von Abwehr, Angst vor Bindung, Bedürftigkeit, Somatisierung? - Erkennen dieser Dynamik (kein Gegen-Agieren unsererseits) ermöglichte erst den "gelungenen Abschied" im zweiten Anlauf beim ambulanten Termin
- Clara: sagt bei Überforderung immer wieder „Katze“ oder „ich will sterben“ – häufiges Gefühl in der Gegenübertragung: Wut – Im Team lachen wir immer wieder darüber – Lachen schafft Distanz (Lachen kann auch hämisch sein, hier eher nicht der Fall) - Psychohygiene ermöglicht erneuten zugewandten Kontakt mit Patientin
- Mathilda – aus Wohngruppe geflogen, Verlegung von Ju1 auf P1d, dann Ju1, dann Ju2, dann P1D, dann Ju2 ... als sie zu uns kam, mangelnde Körperhygiene, Abstoßung in der GGÜ – u.a. Supervision half, anderen Zugang zur Patientin zu finden im Team - Patientin konnte tragfähige Beziehung erleben und dadurch anderen Zugang zu sich finden

Abwehrmechanismen

- Das Konzept der Abwehrmechanismen ist eines der am genauesten erforschten und weitgehend akzeptierten Teile psychoanalytischer Theorie.
- Unter Abwehrmechanismen versteht man unbewusst ablaufende psychische Vorgänge, die die „Aufgabe“ haben, unlustvolle und angsterzeugende Inhalte abzuwehren.
- Das bedeutet, sie aus dem eigenen Bewusstsein fernzuhalten.
- Gefühle und Affekte wie Scham, Schuldgefühl, seelischer Schmerz, Wut und vor allem die Angst können mit Hilfe der Abwehrmechanismen auf verschiedene Weise unbewusst gehalten werden.
- Der Abwehrmechanismus ist der Versuch der Lösung und Vermeidung des eigentlichen Konfliktes, trägt jedoch zu dessen Festigung und Fixierung bei.

Welche Abwehrmechanismen gibt es? – Hohes oder reifes Strukturniveau:

- Intellectualisierung: Entfernung vom unmittelbaren, konflikthaften Erleben durch Abstraktionsbildung und theoretisches Analysieren (z. B. abstrakte Gespräche über das Wesen der Liebe; Fachsimpeln unter Ärzten oder Therapeuten über schwierige Patienten)
- Verdrängung: Unerwünschte Es-Impulse, die ein Gefühl von Schuld, Scham oder das Herabsetzen des Selbstwertgefühls hervorrufen, werden durch Ich und Über-Ich in das Unbewusste verdrängt. Von dort aus können sie allerdings in Träumen, Fehlleistungen und Ersatzhandlungen wieder zutage treten.
- Rationalisierung: Gefühlshafte Anteile an Entscheidungen werden ignoriert oder unterbewertet.
- Sublimierung: Nicht erfüllte Triebwünsche werden durch gesellschaftlich höher bewertete Ersatzhandlungen ersetzt und damit befriedigt (Kunst, Wissenschaft, Musik, Sport, exzessive Arbeit). Typischerweise eignen sich für bestimmte Wünsche bestimmte Sublimationstechniken besonders gut. So werden aggressive Triebe oft durch Sport sublimiert, sexuelle Wünsche durch Beschäftigung mit schönen Künsten oder kindliche Neugierde durch wissenschaftliche Forschertätigkeit. Sublimierungen erfüllen die Befriedigung der Triebwünsche oft gut und werden dann nicht als psychopathologisch angesehen. Nach Freud ist die Sublimierung ein wichtiger Motor für die Kulturentwicklung.

Mäßiges oder mittleres Strukturniveau:

- Entwertung oder Idealisierung
- Reaktionsbildung
- Regression
- Verschiebung
- Verneinung
- Ungeschehenmachen
- Introjektion
- Konversion

Geringes oder niederes Strukturniveau:

- Projektive Identifikation
- Verleugnung
- Spaltung
- Projektion
- (Aggressive Abwehrmechanismen wie z. B. Autoaggression)

OPD vs. ICD.10

- Die Operationalisierte Psychodynamische Diagnostik (OPD) ist ein psychodynamisches Diagnosesystem, welches vorwiegend für psychoanalytisch und tiefenpsychologisch fundiert arbeitende Psychotherapeuten konzipiert ist.
- Erstes Manual 1996 veröffentlicht
- Das diagnostische Handbuch wurde als Alternative zu den bestehenden psychiatrischen Diagnosehandbüchern entwickelt. Damit soll die rein beschreibende Phänomenologie im ICD-10 und DSM-5 um ein verlässliches und valides diagnostisches Instrument ergänzt werden, das psychodynamische Aspekte berücksichtigt.

- Durch den Prozess der Operationalisierung sollen die wesentlichen Variablen in psychodynamischen Theorien messbar gemacht werden, etwa Übertragungsmuster, innere Konfliktkonstellationen und strukturelle Bedingungen. So versucht die OPD, eine bessere Objektivität, Reliabilität und Validität der Diagnosen zu erreichen und den Gütekriterien psychodiagnostischer Verfahren gerecht zu werden.
- Im Jahr 2018 finden sich 45 klinische Einrichtungen, die mit diesem Diagnoseinstrument arbeiten, davon 40 an Kliniken und Polikliniken in Deutschland, je zwei in Österreich und der Schweiz und eine an der Portman Klinik in London.
- Andererseits wird heutzutage in Deutschland durch etliche Ausbildungsinstitute der tiefenpsychologisch fundierten Psychotherapie die OPD standardmäßig zur Formulierung der Psychodynamik im vorgeschriebenen Bericht an den Gutachter für Krankenkassenanträge zur Psychotherapie gelehrt. Meist wird in der Praxis nicht die gesamte OPD durchgeführt, sondern insbesondere für die Formulierung der Psychodynamik im Gutachterantrag lediglich Konflikt- und Strukturachse genutzt

Depression nach ICD.10

Der Schweregrad wird nach ICD-10 gemäß der Anzahl der Symptome eingeteilt:

- leichte Depression: zwei Hauptsymptome und zwei Zusatzsymptome
- mittelschwere Depression: zwei Hauptsymptome und drei bis vier Zusatzsymptome
- schwere Depression: drei Hauptsymptome und fünf oder mehr Zusatzsymptome

Hauptsymptome und Zusatzsymptome einer Depression

- **Hauptsymptome**
- Gedrückte, depressive Stimmung: Gefühl der Gefühllosigkeit“ bzw. das Gefühl anhaltender innerer Leere.
- Interessensverlust und Freudlosigkeit: Verlust der Fähigkeit zu Freude oder Trauer
- Antriebsmangel und erhöhte Ermüdbarkeit

- **Die Zusatzsymptome sind:**
- Verminderte Konzentration und Aufmerksamkeit
- Vermindertes Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen (Insuffizienzgefühl)
- Schuldgefühle und Gefühle von Minderwertigkeit
- Negative und pessimistische Zukunftsperspektiven
- Suizidgedanken oder -handlungen: Schwer Betroffene empfinden oft eine völlige Sinnlosigkeit ihres Lebens. Häufig führt dieser qualvolle Zustand zu latenter oder akuter Suizidalität.[16]
- Schlafstörungen
- Verminderter Appetit

5 „Achsen“ im OPD

- Achse I erfasst das Krankheitserleben und die Behandlungsvoraussetzungen.
- Achse II erfasst die Beziehungsdiagnostik, wobei neben der Übertragung und Gegenübertragung zwischen Therapeut und Patient im Schwerpunkt Beziehungsepisoden analysiert werden.
- Achse III erfasst lebensbestimmende unbewusste innere Konflikte des Patienten.
- Achse IV erfasst das Strukturniveau, das heißt grundsätzliche Fähigkeiten des psychischen Funktionierens.
- Achse V erfasst psychische und psychosomatische Störungen in Bezug auf die etablierte deskriptiv-phänomenologische Diagnostik (ICD-10, DSM-IV)

Konfliktachse (3) im OPD

- Individuation versus Abhängigkeit
- Unterwerfung versus Kontrolle
- Versorgung versus Autarkie
- Selbstwertkonflikt
- Schuldkonflikt
- Ödipaler Konflikt
- Identitätskonflikt

Modus der Verarbeitung des Hauptkonfliktes:

- (1) vorwiegend aktiv (2) gemischt (3) gemischt eher passiv (4) vorwiegend passiv (9) nicht beurteilbar

Carl Jung

- Carl Gustav Jung (* 26. Juli 1875 in Kesswil, Kanton Thurgau; † 6. Juni 1961 in Küsnacht, Kanton Zürich), meist kurz C. G. Jung, war ein Schweizer Psychiater
- 1913 der Begründer der analytischen Psychologie. Anhänger dieser Richtung werden Jungianer genannt.
- Schüler Freuds
- Bei ihrer ersten Begegnung 1907 in Wien sprachen Freud und Jung dreizehn Stunden miteinander, wobei sowohl sehr ähnliche Interessen als auch bereits Differenzen sichtbar wurden: Freud habe Jung gebeten, «nie die Sexualtheorie aufzugeben»

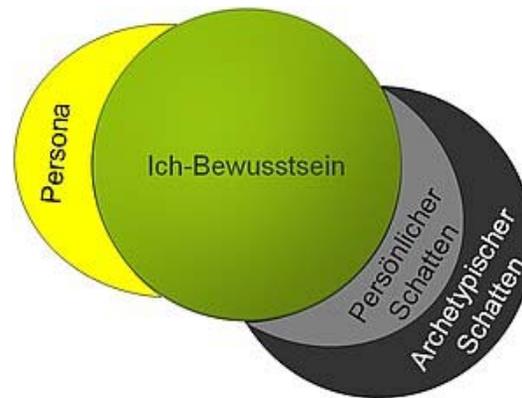
Unterschiede

- Jung nahm sogenannte parapsychologische Phänomene ernst, während Freud diese «als Unsinn» ablehnte, selbst als sich nach Schilderung Jungs ein solches Phänomen (ein wiederholter Knall im Bücherschrank) am gemeinsamen Abend ereignet haben soll.
- Jung war enttäuscht über die Reaktion Freuds und schrieb sie dessen «materialistischem Vorurteil» zu.[
- Jung meinte, dass der Libidobegriff ausgedehnt werden müsse, sodass auch universelle Verhaltensmuster, die vielen unterschiedlichen Kulturen in unterschiedlichen geschichtlichen Perioden gemein waren, von ihm erfasst würden».
- Freud erklärte daraufhin, «dass er die Arbeiten und Ausführungen der Schweizer nicht als legitime Fortsetzung der Psychoanalyse ansehen könne.»[39]
- Nach scharfen persönlichen Vorwürfen von Jung kündigte Freud ihm im Januar 1913 schriftlich die Freundschaft. Im Oktober desselben Jahres beendete Jung dann auch die fachliche Zusammenarbeit und legte im April 1914 den Vorsitz der Internationalen Psychoanalytischen Vereinigung nieder-

Archetypen

- Nach Jung sind Archetypen universell vorhandene Strukturen in der Seele aller Menschen, unabhängig von ihrer Geschichte und Kultur. Sie können sich im Einzelnen und in Gesellschaften unterschiedlich realisieren.
- Nach Jung sind Archetypen universell vorhandene Strukturen in der Seele aller Menschen, unabhängig von ihrer Geschichte und Kultur. Sie können sich im Einzelnen und in Gesellschaften unterschiedlich realisieren. Jung fiel auf, dass «gewisse archetypische Motive, die in der Alchemie geläufig sind, auch in Träumen moderner Personen, welche keinerlei Kenntnisse der Alchemie haben, auftreten.
- Jungs Beschäftigung mit Mythen, Märchen und Vorstellungsbildern aus unterschiedlichen Zeiten und Kulturen, die nicht voneinander beeinflusst worden waren, brachten ihn zu der Erkenntnis: «Tatsache ist, dass gewisse Ideen fast überall und zu allen Zeiten vorkommen und sich sogar spontan von selber bilden können, gänzlich unabhängig von Migration und Tradition. Sie werden nicht vom Individuum gemacht, sondern sie passieren ihm, ja sie drängen sich dem individuellen Bewusstsein geradezu auf. Das ist nicht platonische Philosophie, sondern empirische Psychologie.»

Integration des „Schattens“



Schattenbeispiele

- Die negative, verbrecherische Seite des tugendhaften Arztes Dr. Jekyll in Robert Louis Stevensons Erzählung Der seltsame Fall des Dr. Jekyll und Mr. Hyde.
- In Oscar Wildes Roman Das Bildnis des Dorian Gray bannt ein Maler den Schatten des Protagonisten Dorian Gray in ein Gemälde, das künftig die Spuren seines wilden Lebenswandels widerspiegeln wird, während er selbst unverändert jung und schön bleibt.
- Die Projektion des Schattens nach außen - Teil des psychiatrischen Krankheitsbildes der Paranoia sowie allgemein von Wahnvorstellungen. Krankhafte Schattenprojektion (wo der Schatten unter Umständen auch in seinem kollektiven Aspekt die ganze Persönlichkeit beherrscht) kann schlimmste Folgen haben;
- So sagte Adolf Hitler z. B. über Winston Churchill: „Seit mehr als fünf Jahren jagt dieser Mann wie ein Verrückter in Europa umher, auf der Suche nach etwas, das er in Brand setzen könnte.“

Individuation

- Zitat (1933) des Psychoanalytikers Carl Gustav Jung:
- „Individuation bedeutet: zum Einzelwesen werden, und, insofern wir unter Individualität unsere innerste, letzte und unvergleichbare Einzigartigkeit verstehen, zum eigenen Selbst werden. Man könnte ‚Individuation‘ darum auch als ‚Verselbstung‘ oder als ‚Selbstverwirklichung‘ übersetzen.
- Jung betrachtete den Individuationsprozess als einen lebenslangen, unvollendbaren Prozess mit einer stetigen Annäherung an ein „fernes Ziel“, das Selbst, für den der Tod die letzte Grenze ist. Damit setzt er sich vom einseitig ätiologischen (ursächlichen) Denken Freuds zugunsten im Unbewussten angelegter, seelischer Endabsichten im Hinblick auf Integration und Ganzheit ab .

Monomyth von Joseph Campbell, von Jung
inspiriert, „The Hero with a thousand faces“ 1949
Star Wars, Herr der Ringe

