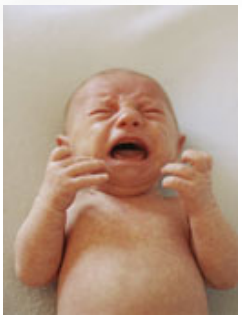
Prof. Dr. phil. habil. Silke Birgitta Gahleitner

Gewalt und Trauma in Begegnung und Beziehung bewältigen

Anregungen für die Therapie und Beratung beziehungserschütterter Menschen

ALICE SALOMON HOCHSCHULE BERLIN
University of Applied Sciences

Vor ca. 1000 Jahren ...



Die Pflegerinnen „sollten den Kindern Milch geben, ... sie baden und waschen, aber in keiner Weise mit ihnen schöntun und zu ihnen sprechen.“

(Jacques Benois-Méchin, 1982)

Übersicht

1. „Disembedding“
2. Historie Therapieforschung
3. Aktuelle Ergebnisse ...
4. Was bedeutet das für die Praxis?
5. Schlussfolgernde Skizze

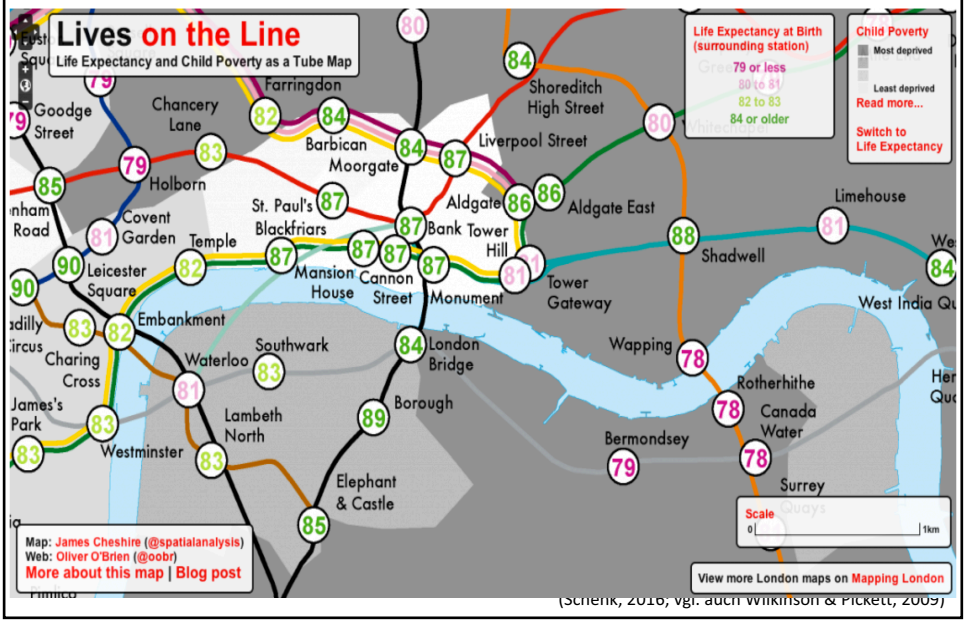
Übersicht

1. „Disembedding“
2. Historie Therapieforschung
3. Aktuelle Ergebnisse ...
4. Was bedeutet das für die Praxis?
5. Schlussfolgernde Skizze

„Die Menschheit befindet sich in der Krise – und es gibt keinen anderen Ausweg aus dieser Krise als die Solidarität zwischen den Menschen“

(Bauman, 2016, S. 24)

Lebenserwartung als U-Bahn Plan



(Schenk, 2016; vgl. auch Wilkinson & Pickett, 2009)

Trauma

- Trauma ist ein „vitales Diskrepanzerlebnis zwischen bedrohlichen Situationsfaktoren und individuellen Bewältigungsmöglichkeiten“ (Fischer & Riedesser 1998, S. 79) - evolutiv geprägt, neurobiologisch verankert
- “Erleben des ‚Entsetzens‘“ (Längle, 2007, S. 109; vgl. auch Frankl, 1946)
- ‚shattered assumptions‘ (Janoff-Bulman, 2002)

‚Disembedding‘

- körperliche bzw. psychosomatische Erkrankungen, aber auch …
- (Dauer-) Arbeitslosigkeit und Armutslagen
- Wohnungslosigkeit oder drohende Wohnungslosigkeit
- Retraumatisierungen
- soziale Bindungslosigkeit und Isolation
- Alkoholgefährdung oder -krankheit

(Giddens, 1990/1995; vgl. auch Keupp, 1997)

Martina Melnar

- *„Keiner, sagen wir so, nicht nur meine ganze Familie ausgeschlossen, ganze Heimatstaat hat mich ausgeschlossen, ja. Die ganze Staat hat mich ausgestoßen“*

Übersicht

1 „Disembedding“

2 Historie Therapieforschung

3 Aktuelle Ergebnisse ...

4 Was bedeutet das für die Praxis?

5 Schlussfolgernde Skizze

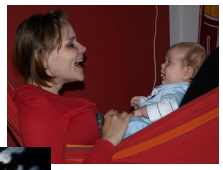
Psychosoziale Zufluchtsorte

Insbesondere in der postmodernen Welt bedürfen scheiternde Menschen psychosozialer Zufluchtsorte bei den Bewältigungsversuchen in den umgebenden Verhältnissen ...

(Keupp, 1997)

Seit Freud ... bis heute ...

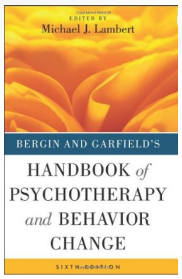
- durchgängige Bedeutung der professionellen Beziehung, aber „kaum überblickbare Vielfalt von Begrifflichkeiten und Selbstverständnissen“ (Hermer & Röhrle, 2008, S. 15)
  - PA: Abstinenz (Greenson, 1965)
  - VT: ‚Soziale Verstärkungsmaschine‘ (Eysenck & Rachmann, 1968)
  - Systemisch: ‚Schachwettbewerb‘ (Selvini Palazzoli et al., 1977)



Die therapeutische Beziehung ...

... ist ein Fragezeichen!

- einerseits der am besten erforschter common factor (Luborsky, 1994; Orlinsky, Grawe & Parks, 1994; vgl. bereits Rosenzweig, 1936)
- Gelso und Carter (1994): “Little effort has been made to define just what that relationship is” (S. 296; vgl. aktuell Horvath, 2011; Norcross & Lambert, 2011).



Übersicht

1 „Disembedding“

2 Historie Therapieforschung

3 Aktuelle Ergebnisse ...

4 Was bedeutet das für die Praxis?

5 Schlussfolgernde Skizze

Übergreifende Sekundäranalyse

- Sekundäranalyse mehrerer Forschungsprojekte
- Theoriebildung, nicht Theorietestung
- Entlang von Interviewaussagen Herausarbeiten theoretischer Aufmerksamkeitslinien für eine gelingende professionelle Beziehungsgestaltung: Bindungstheorie, Vertrauenstheorie, Netzwerktheorie

Übersicht

1 „Disembedding“

2 Historie Therapieforschung

3 Aktuelle Ergebnisse: Bindungstheorie

4 Was bedeutet das für die Praxis?

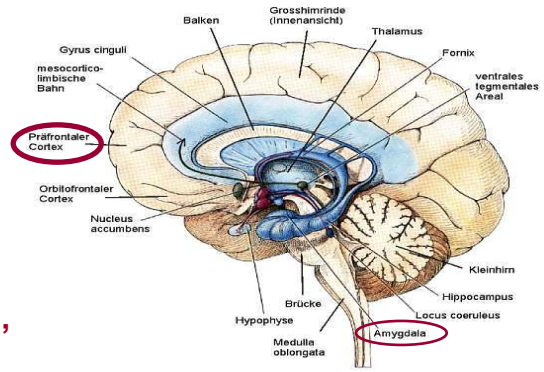
5 Schlussfolgernde Skizze

Interviewauszug

„Die Maria habe ich in der Alraunstraße kennengelernt. Die hat immer so mit den anderen Frauen auf den Straßen gegangen, von Mädchen zu Mädchen. Und Anfang habe ich sie gesehen, mir gedacht, was wollen die von mir ... hat immer zu mir gekommen, Süßigkeiten, so eine kleine Buch und so, ... zwei Jahre hat gedauert, dass ich ihr vertraue ... Und für das mit der habe ich eine besondere Beziehung. Weil sie ist wie eine Mutter für mich".

Bindungstheorie

- „Bindung" ver-„bindet" Menschen „mit anderen, besonderen Personen über Raum und Zeit hinweg" (Grossmann & Grossmann, 2004, S. 29)
- Sicherheitsbedürfnis gestillt: Kind kann „explorieren" und sich entwickeln
- „pro-thetische soziale Netzwerke" (Petzold, 2003, S. 742)

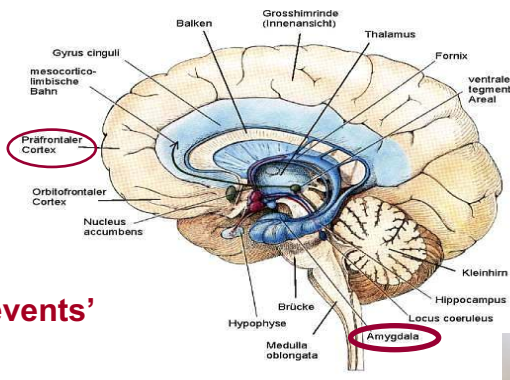


‘life events’

Sichere Bindung

+

‘wenig’ Trauma



‘life events’

Desorganisierte Bindung

+

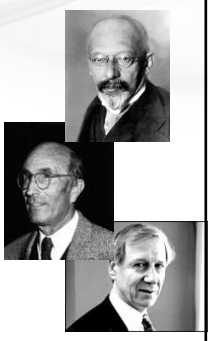
Komplexes Trauma

Übersicht

1. „Disembedding“
2. Historie Therapieforschung
3. **Aktuelle Ergebnisse: Vertrauenstheorie**
4. Was bedeutet das für die Praxis?
5. Schlussfolgernde Skizze

Vertrauen

- wichtiges Charakteristikum menschlichen Lebens (Schweer & Thies 2008) – „Seinsgrund“ (Längle, 2016, S. 102)
- Vertrauen als Komplexitätsreduktion, zum Überleben in modernen Gesellschaften (Luhmann, 1968/1989; Giddens, 1990/1995; bereits Simmel, 1908/1983)
- Vertreterinnen von Systemen müssen an „Zugangspunkten“ die Vertrauenswürdigkeit der Institution unter Beweis stellen (vgl. Giddens, 1990/1995, S. 116ff.)

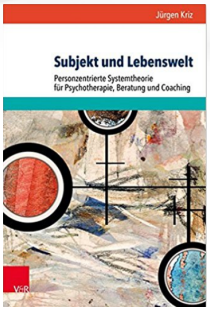


Übersicht

1. „Disembedding“
2. Historie Therapieforschung
3. **Aktuelle Ergebnisse: Netzwerktheorie**
4. Was bedeutet das für die Praxis?
5. Schlussfolgernde Skizze

Subjekt und Lebenswelt

- „Soziale Beziehungssysteme ermöglichen eine gelingendere Lebensführung bei besserem Wohlbefinden, fördern präventiv sowie als Rückhalt und Hilfe in Belastungssituationen und kritischen Lebensübergängen die Gesunderhaltung und Problembewältigung und ... schaffen die Voraussetzung für ein Überwinden von Unsicherheit, Krisen und ... Krankheiten“ (Weinhold & Nestmann, 2012, S. 54; vgl. auch Lenz & Nestmann, 2009; Nestmann, 2010; Röhrle, 1994; Vaux, 1988).

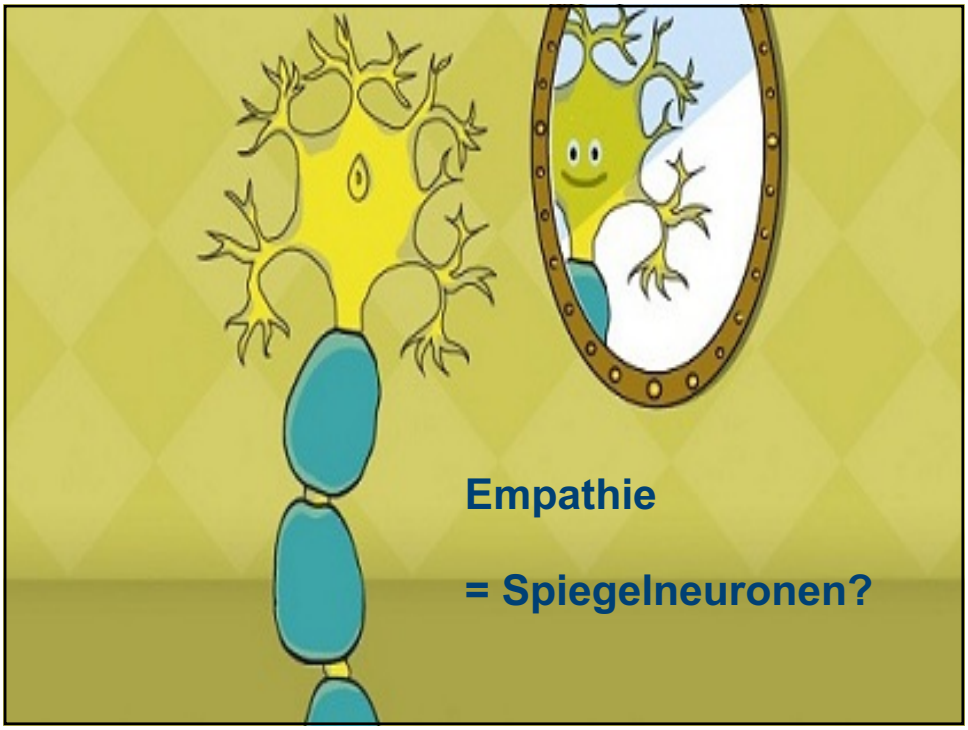


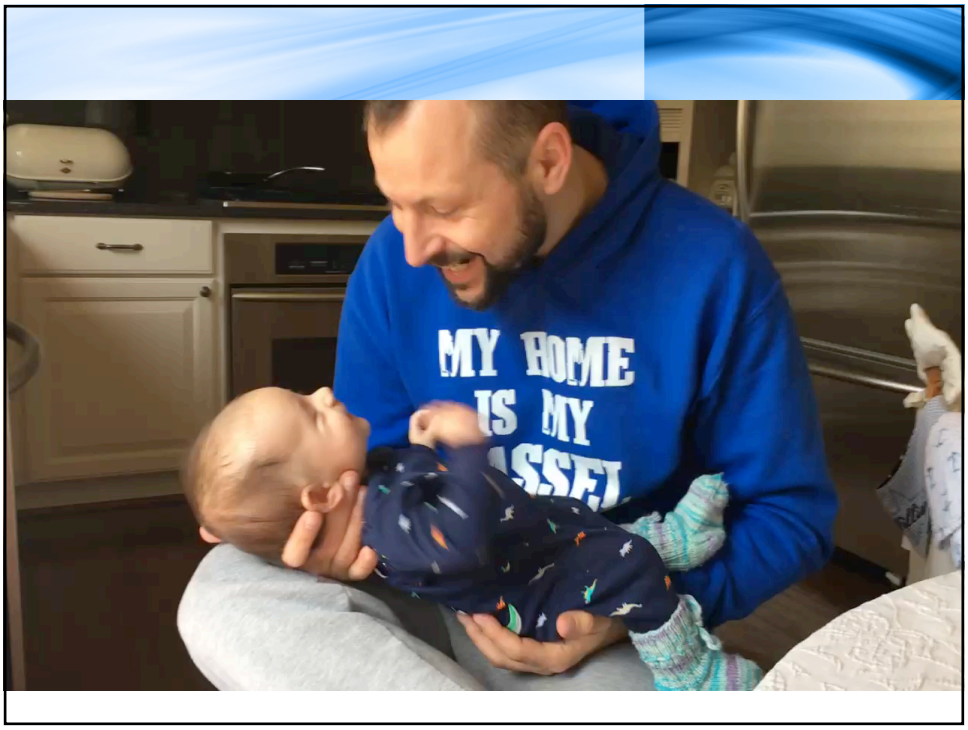
Übersicht

1. „Disembedding“
2. Historie Therapieforschung
3. Aktuelle Ergebnisse ...
4. Was bedeutet das für die Praxis?
5. Schlussfolgernde Skizze

Beziehung *ist* Therapie

- in der Kontroverse ‚Psychotherapie als Handwerk‘ oder ‚einzigartige Beziehung‘ sind wir *eindeutig* positioniert
- Beziehungsangebot notwendig *und* hinreichend (Rogers, 1951, 1957, 1959/1987), ‚eigentlicher‘ Motor (Hermer & Röhrle, 2008)
- *Therapie ist Begegnung* (Buber, 1983; Rogers & Buber, 1960)


Empathie
= Spiegelneuronen?


MY HOME
IS MY

Das bedeutet jedoch nicht:

... in der professionellen Rolle zu versinken und sich dahinter zu verschanzen. KlientInnen nehmen deutlich wahr, ob „hinter der Rolle eine ‚authentische Person' steht, die über das Rollenkostüm hinausragt" (Sander, 2012, S. 23; Erg. v. Verf.; unter Bezug auf Goffman, 1974/1977, S. 315).

Empathie bedeutet dann ...

„ ... Empfindsamkeit für den sich von Moment zu Moment verändernden Strom von Empfindungen in dieser Person, für die Furcht und die Wut oder Zärtlichkeit oder Verwirrung oder was auch immer sie empfindet. Es bedeutet einen Moment lang das Leben des anderen zu leben, sich vorsichtig darin zu bewegen ... jedoch ohne jemals die ‚als ob'-Bedingung zu verlieren. Das bedeutet, den Schmerz oder die Freude eines anderen so zu fühlen, wie er sie fühlt, und deren Ursachen so wahrzunehmen, wie er sie wahrnimmt, aber ohne jemals dieses Wissen zu verlieren, dass es so ist, als ob wir verletzt oder erfreut usw. seien."

(Rogers, 1975/1980, S. 143 und 1959/1987, S. 210 ff.)

Übersicht

1. „Disembedding“
2. Historie Therapieforschung
3. Aktuelle Ergebnisse ...
4. Was bedeutet das für die Praxis des PZA?
5. Schlussfolgernde Skizze

Nicht nur Exposition ...

Traumata brauchen nicht nur/immer eine Exposition, sondern vor allem:

- Transparenz über ‚Gewordenheit‘ erlangen
- ‚Würde‘, Zugehörigkeit und soziale Teilhabe zurück erhalten
- ‚trotz allem‘ Verantwortung übernehmen und aktiv weiteren Lebensweg gestalten können
- Sinn für sich finden

(Gahleitner, 2011; vgl. auch Längle, 2006; Reddemann, 2008)

„Doch eines sollte klar sein: Die Politik wechselseitiger Abschottung ... führt nirgendwo anders hin als in das Brachland des gegenseitigen Misstrauens, der Entfremdung und der Verschärfung der Lage“

(Bauman, 2016, S. 23)

Dazu kann man forschen ...

Zum Weiterlesen ...