

# Nur einen Schrei vom Glück entfernt?!

## Wenn Chancen und Risiken dicht beieinander liegen Bondingpsychotherapie mit traumatisierten KlientInnen



Ute Schreckenberg & Daniela Feuerhak

Bad Grönenbach, 16.5.2009

# 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 , Vortrag 16.5.2009 Bad Grönenbach

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

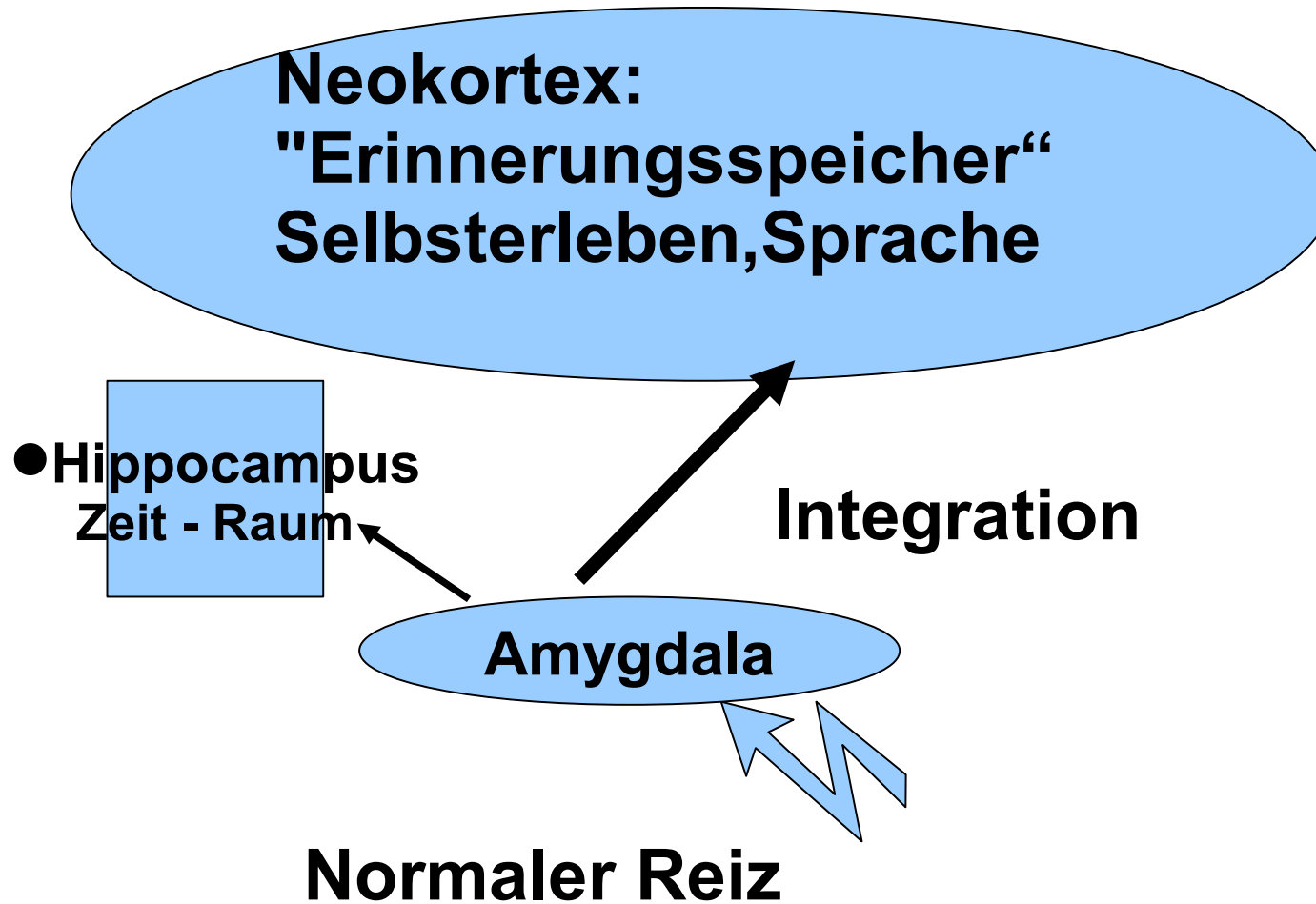
1. überflutende Angst (Todesnäheerlebnis)
2. Ausgeliefertsein (nicht entfliehen können)
3. Ohnmacht (nicht dagegen kämpfen können)

# Prozess der Traumatisierung

Traumatische Erfahrungen werden nicht im Erinnerungsspeicher, dem Neokortex integriert.

Traumatische Erfahrungen und ihre zugehörigen Affekte bleiben isoliert und abgespalten.

# Neurobiologischer Prozess: Normaler Reiz und Integration



# Neurobiologischer Prozess: Traumatischer Reiz und Dissoziation

**Neokortex:  
"Erinnerungsspeicher"  
Selbsterleben, Sprache**

● Hippocampus  
Zeit - Raum

**Amygdala**

la

**Traumatischer Reiz**

**Integration ist blockiert**

**Kein Kampf  
Keine Flucht**

**Einfrieren und  
Dissoziation**

Was bedeutet das für betroffene KlientInnen?

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

# Risiken of Retraumatisierung durch interaktiven Druck



# Risiken durch diffuse Grenzen und Dissoziationsgefahr auf der Matte



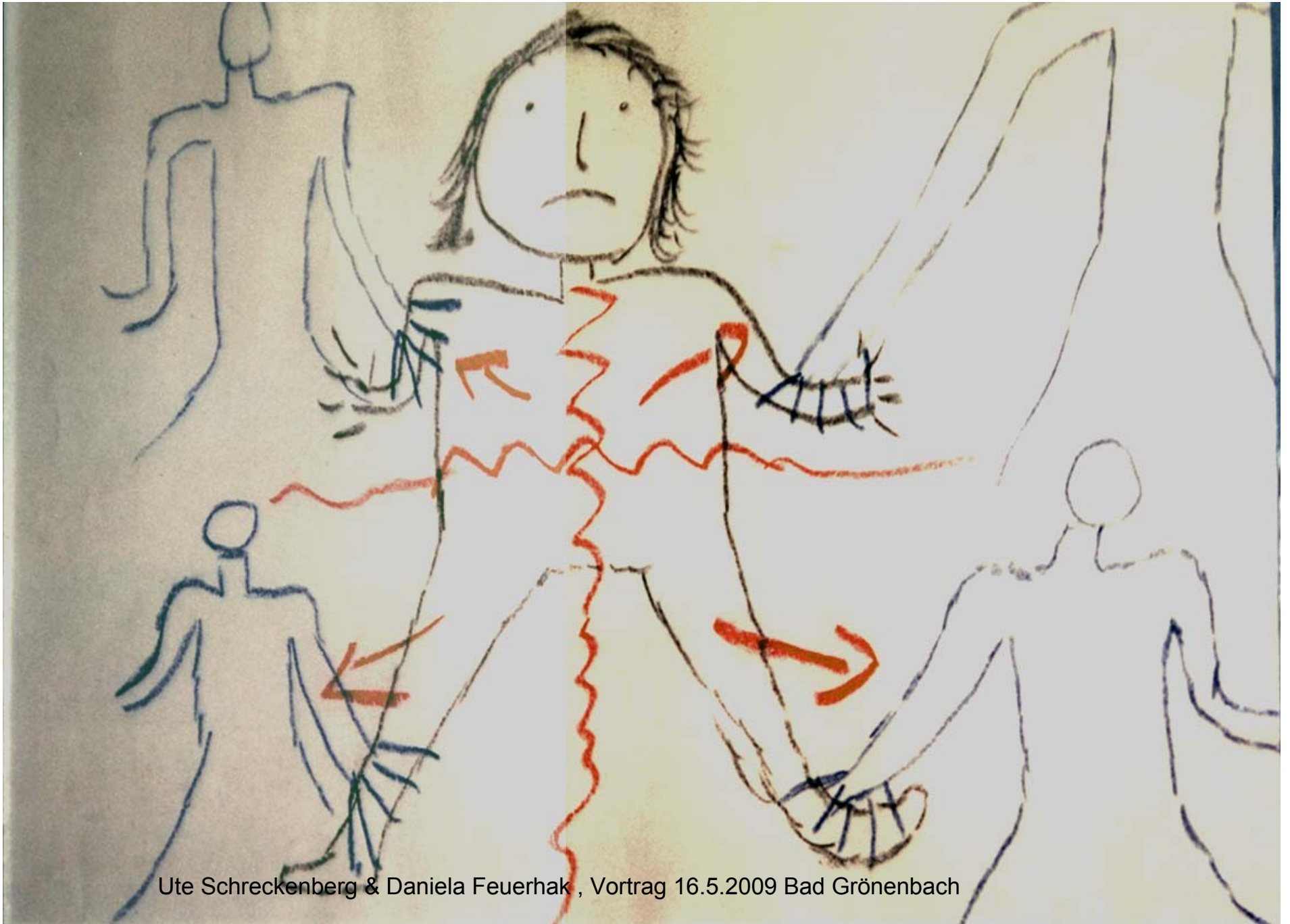
Risiko durch  
die Brüchigkeit  
im Selbsterleben und  
durch  
traumabedingte  
Überzeugungen und  
Täterintrojekte

Ute Schreckenberk & Daniela Feuerhak,  
Vortrag 16.5.2009 Bad Grönenbach





# Risiko durch den häufigen Wechsel der Partner



# Diese Risiken haben zu Konzeptanpassungen geführt

- Integration 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 Schreckenbergr & Daniela Feuerhak , Vortrag 16.5.2009 Bad Grönenbach

# Aufbau einer heilenden Beziehung

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

# “Reparieren“ eines unterbrochenen Kontakts



Ute Schreckenbergr & Daniela Feuerhak , Vortrag 16.5.2009 Bad Grönenbach

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

Albert Camus



# **Richard Kluft**

amerikanischer Psychiater und Traumatherapeut :

**The slower you go, the faster you get there !**

**Make haste slowly !**