

Trauer und Depression: Verbesserung meiner Wahrnehmung

Notfallseelsorge Bochum 6.2.13

Eva-Maria Einig

*Dipl. Psych. et Theol.
Psychoanalytikerin*

Was können Sie erwarten?

1. **Das Gesicht des Leidenden erkennen:
Einstieg**
2. *Affekte und ihre Bedeutung*
3. *Die Bedeutung der Affekte für meine Wahrnehmung
des Anderen: Das Moment von Gegenübertragung
und Übertragung*
4. *Depression und Aggression: Was hat das miteinander
zu tun? Fallvignetten*

Ἐν ἀρχῇ
ἦν ὁ
λόγος...

Deodati de Orlandi: Trauernder Johannes (1305)



Was können Sie erwarten?

- 1. Das Gesicht des Leidenden erkennen*
- 2. Affekte und ihre Bedeutung***
- 3. Die Bedeutung der Affekte für meine Wahrnehmung des Anderen: Das Moment von Gegenübertragung und Übertragung*
- 4. Depression und Aggression: Was hat das miteinander zu tun? Fallvignetten*

2. Affekte und ihre Bedeutung

*Gefühle
lesen*



Erste Affektäußerungen des Säuglings

- *Freude - spätestens ab der 6. Woche*
- *Interesse-Neugier - frühestens ab 3. Woche, spätestens ab 3. Monat*
- *Überraschung - etwa ab 6. Woche*
- *Ekel – unmittelbar nach der Geburt*
- *Ärger und Schmerz – frühestens mit 2 Monaten, deutl. Zunahme ab 6. Monat*
- *Traurigkeit – etwa ab 4. Monat*
- *Furcht - zwischen 6 u 8 Monaten*





Ἐν ἀρχῇ
ἦν ὁ
λόγος...



*„Jeder Mensch ist ein Abgrund,
es schwindelt einem,
wenn man hinabsieht.“*

(Büchner: Woyzeck)

Emotionswahrnehmung und Emotionsakzeptanz

*Fähigkeit, eigene „positive“ und
„negative“ Gefühle wahrzunehmen,
als zu sich selbst gehörend an-
zuerkennen und zu akzeptieren*

- *Kontaktaufnahme über Körpersprache*
- *Mitteilung eigener Affekte über den Körper*
- *Empathie in den körperlichen Zustand eines anderen.*



Quentin Massys: Maria mit dem Jesuskind vor einer Landschaft (16. Jahrhundert)

Basisaffekte:

- *Zorn*
- *Angst*
- *Trauer*
- *Ekel*
- *Verachtung*
- *Überraschung*
- *Freude*



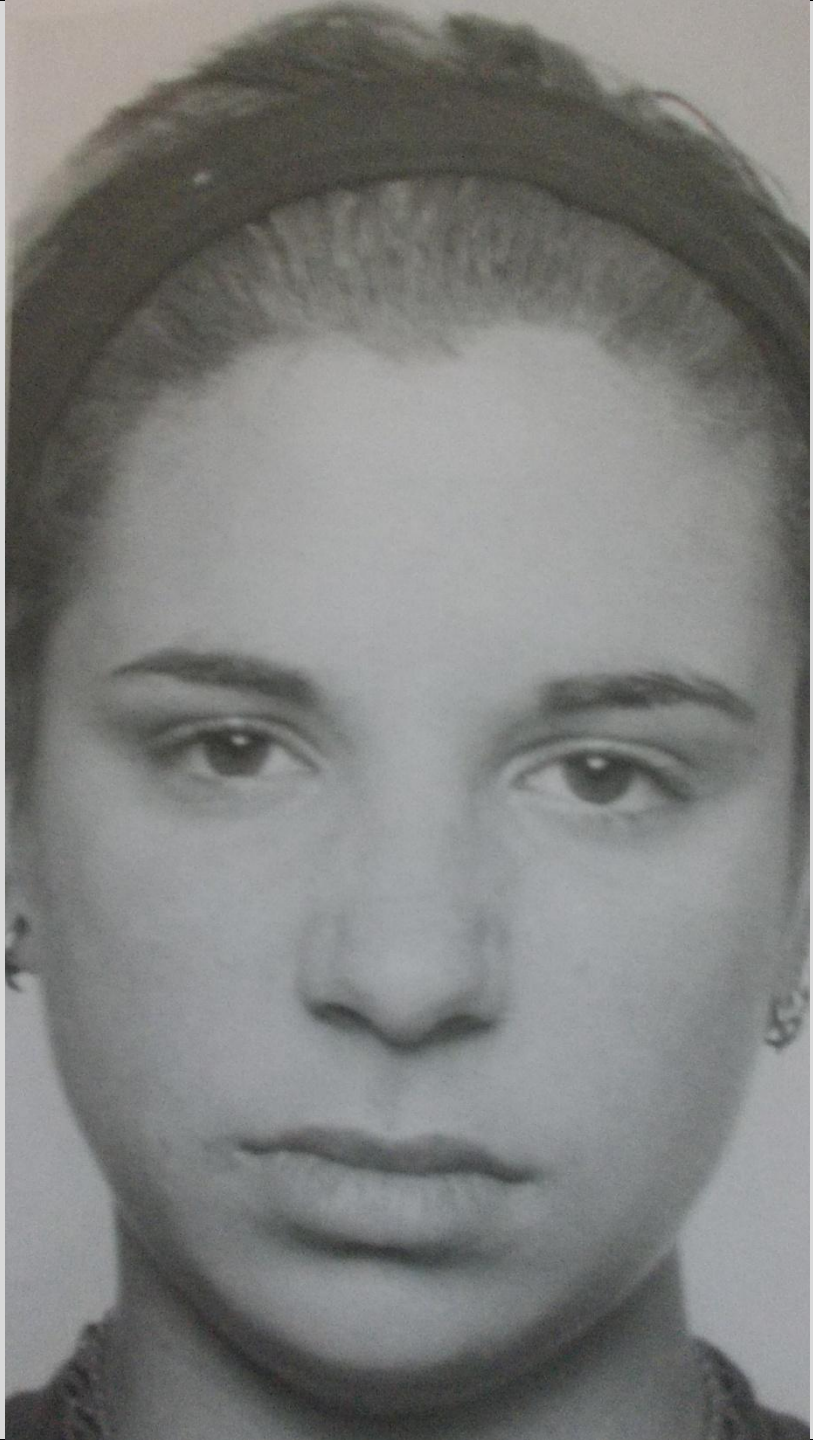


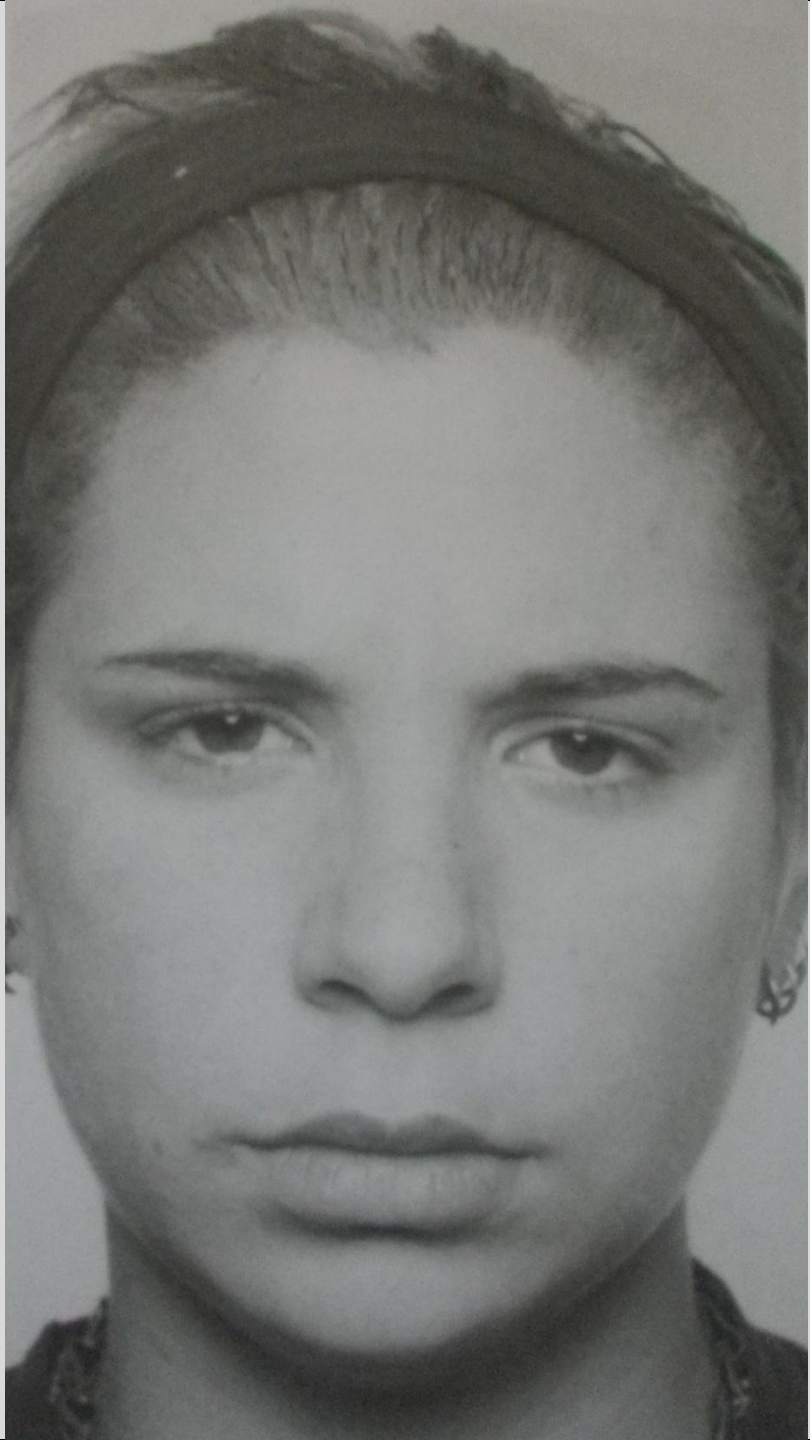




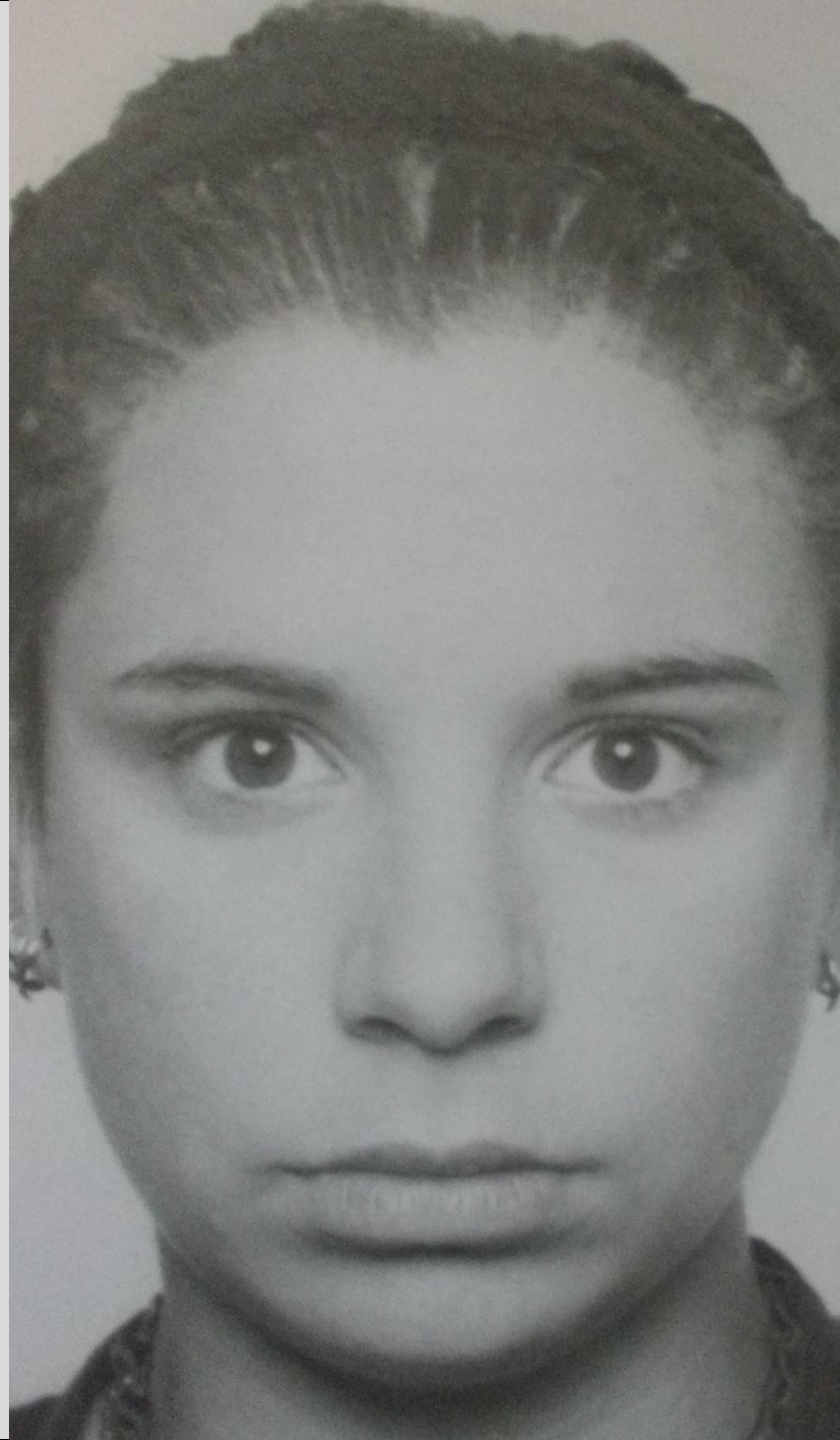


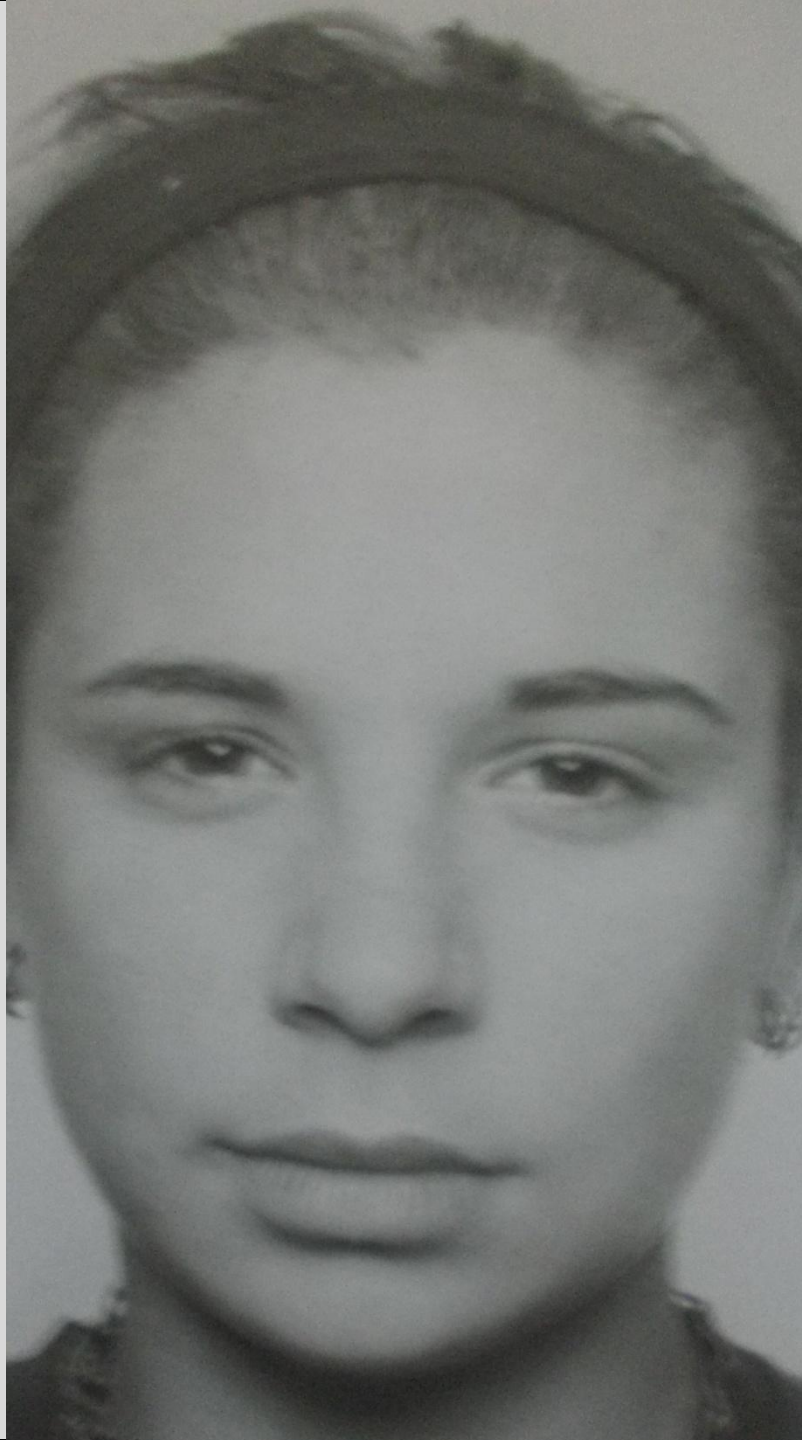






















Affekt:

Traurigkeit.

auch: Müdigkeit

Merkmal:

herunterhängende

Oberlider





*Affekt:
Ekel*

*Merkmal:
Kontraktion des
Muskels, der die
Augen verengt
und die Nase
gerümpft aus-
sehen lässt*





*Affekt:
Traurigkeit*

*Merkmal:
heruntergezogene
Mundwinkel*





*Affekt:
Freude, Zufrieden-
heit, „gutes Gefühl“*

*Merkmal:
Lächeln*





Affekt:

*Zorn (schwach),
Entschlossenheit*

Merkmal:

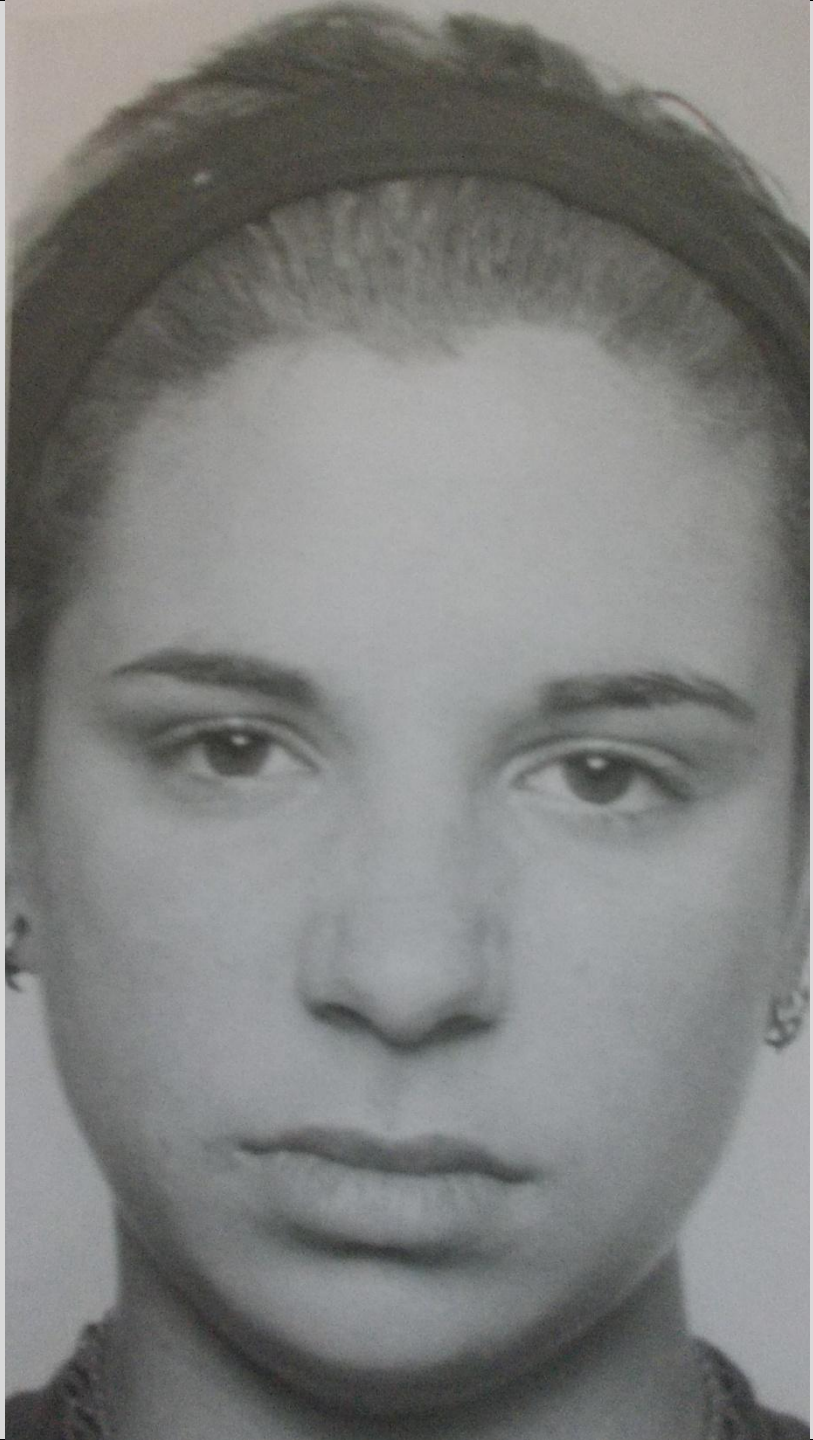
*zusammengepresste
Lippen*





*Affekt:
Angst*

*Merkmal:
leicht angespannte
Lippen*



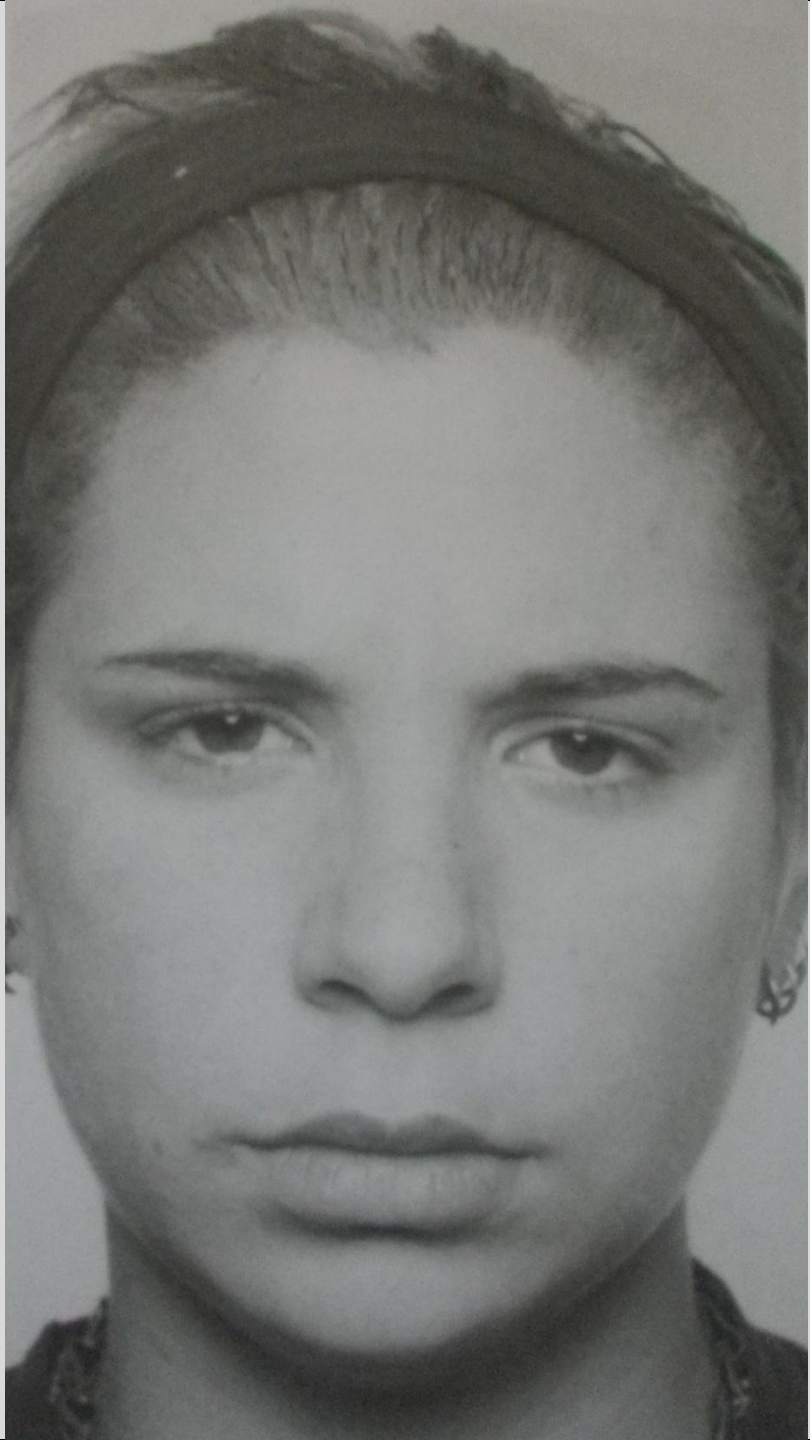


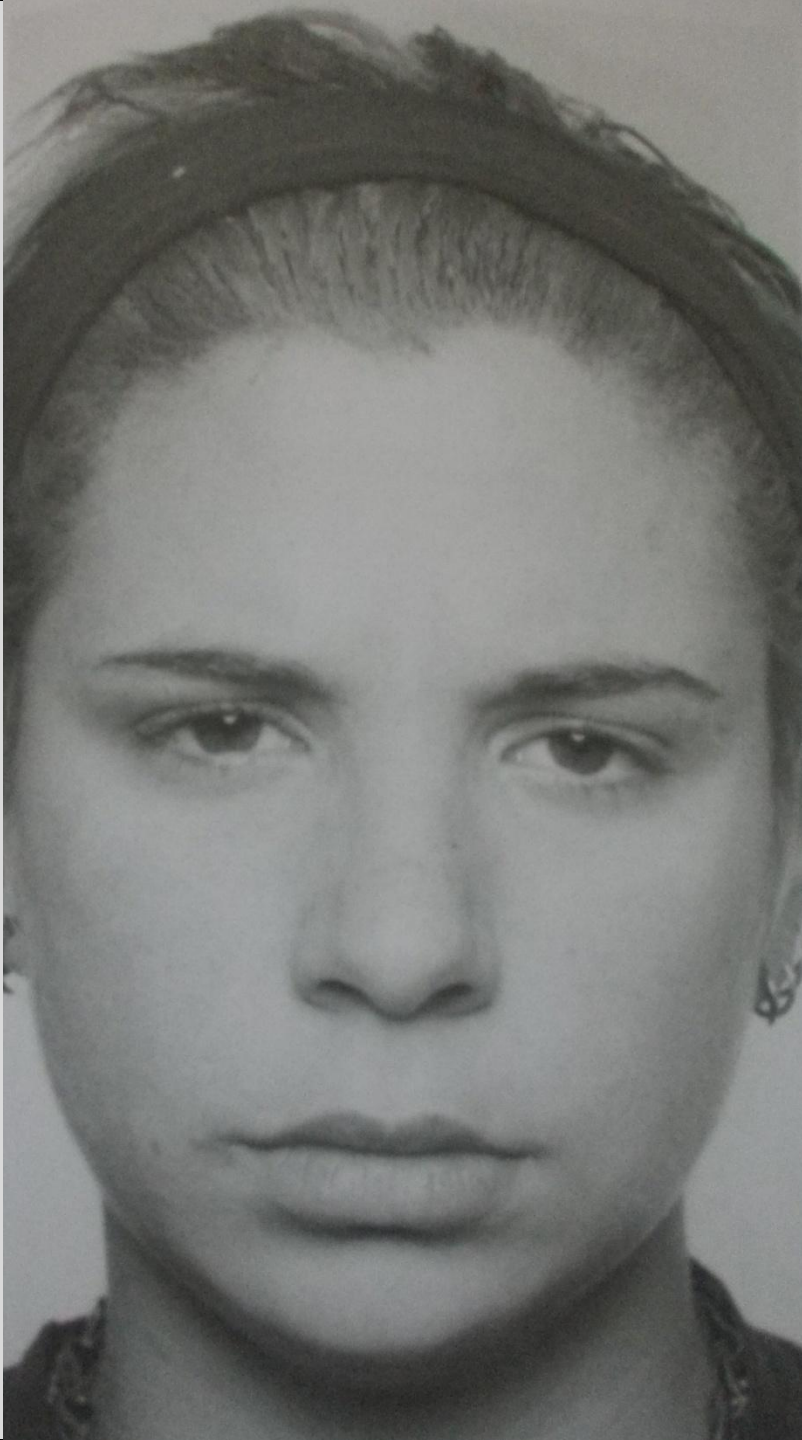
Affekt:

*Ekel, auch
Geringschätzung*

Merkmal:

*hochgezogene
Oberlippe*





Affekt:

*Ärger (unglücklich,
bestürzt, enttäuscht)*

Merkmale:

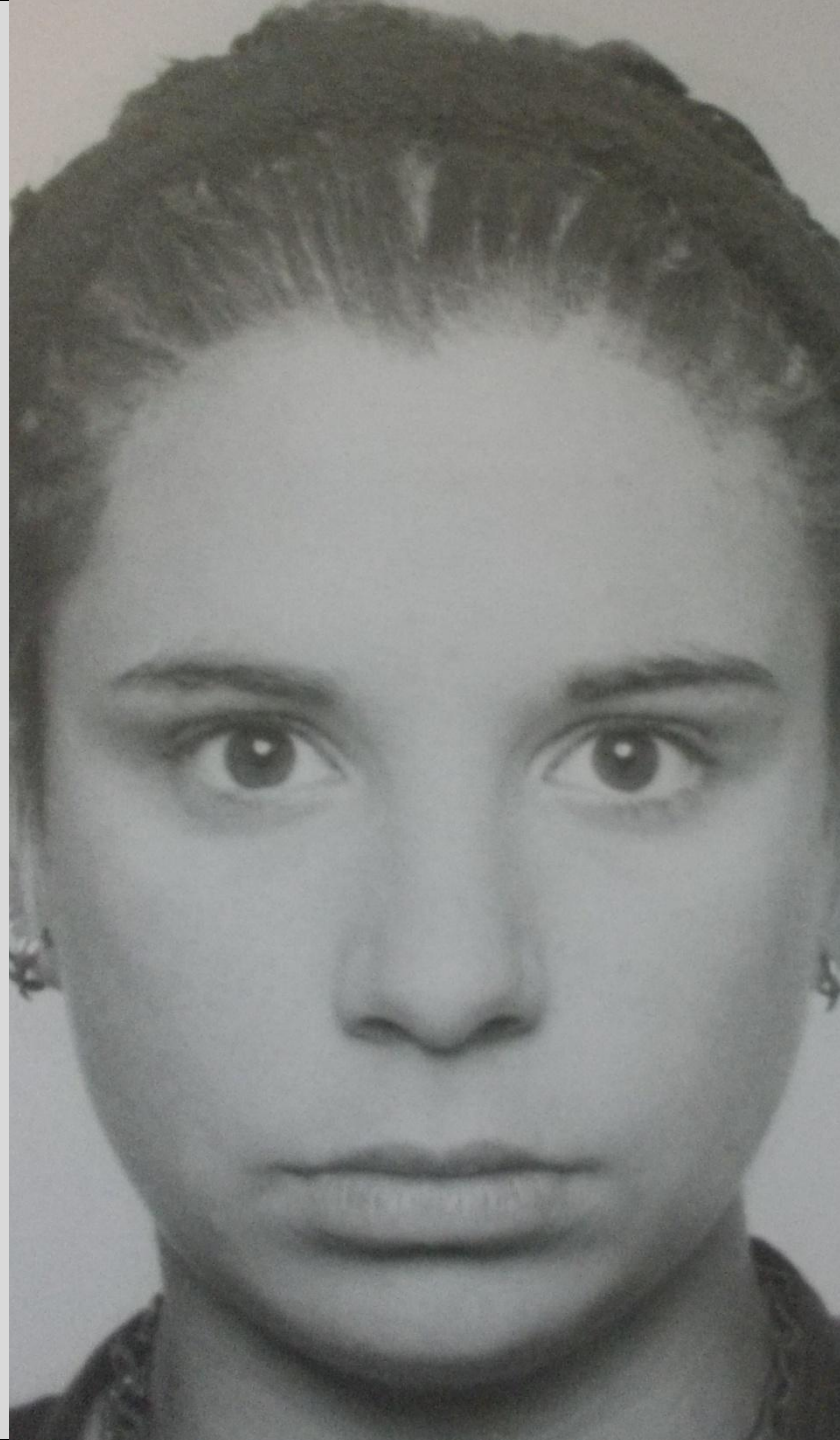
*gesenkte Brauen,
angespannte Unter-
lider*

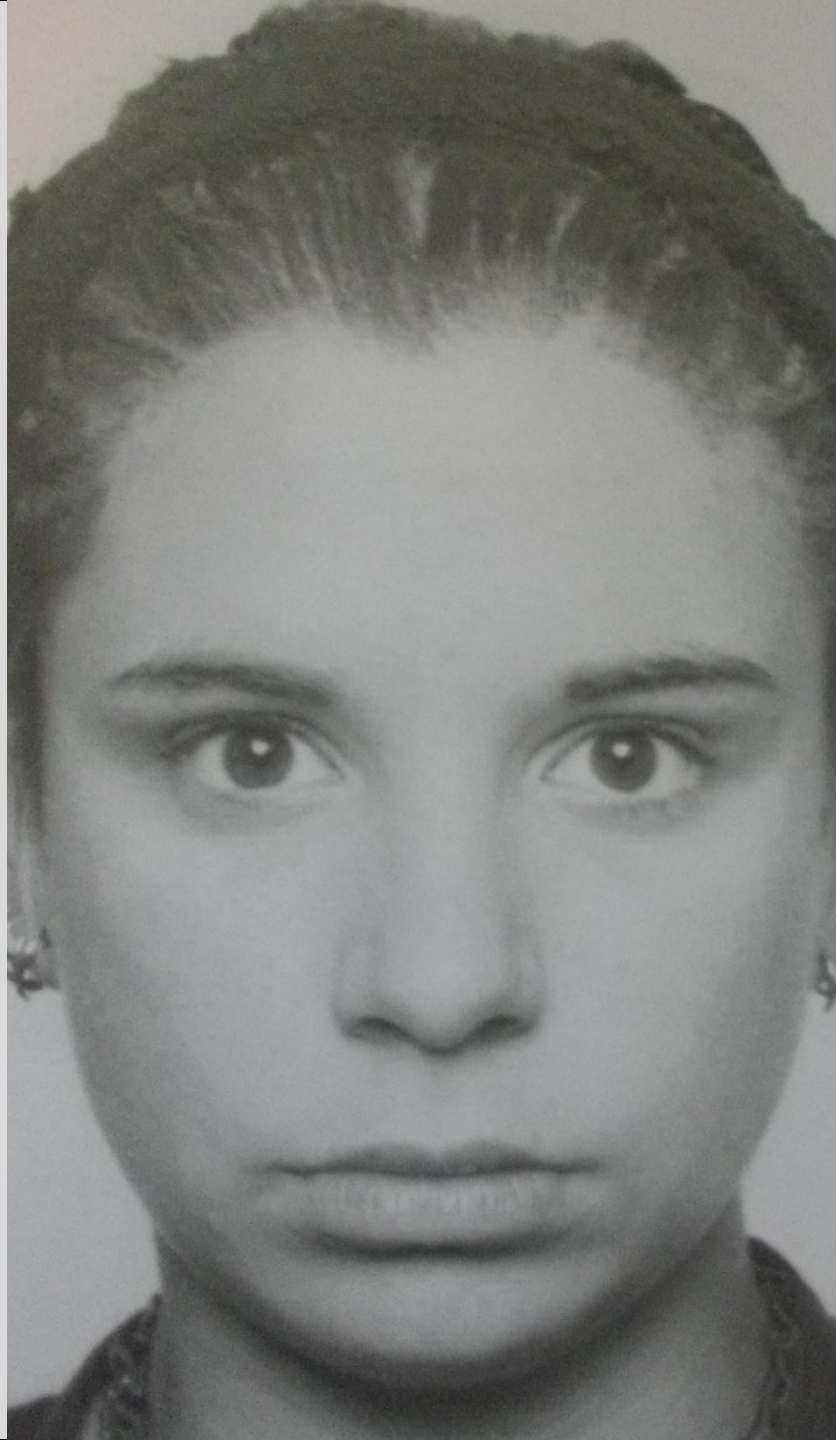




*Affekt:
maskierter Zorn
(Mischung aus
Ärger und Freude)*

*Merkmal:
Augenbrauen
passen nicht
zum Lächeln*



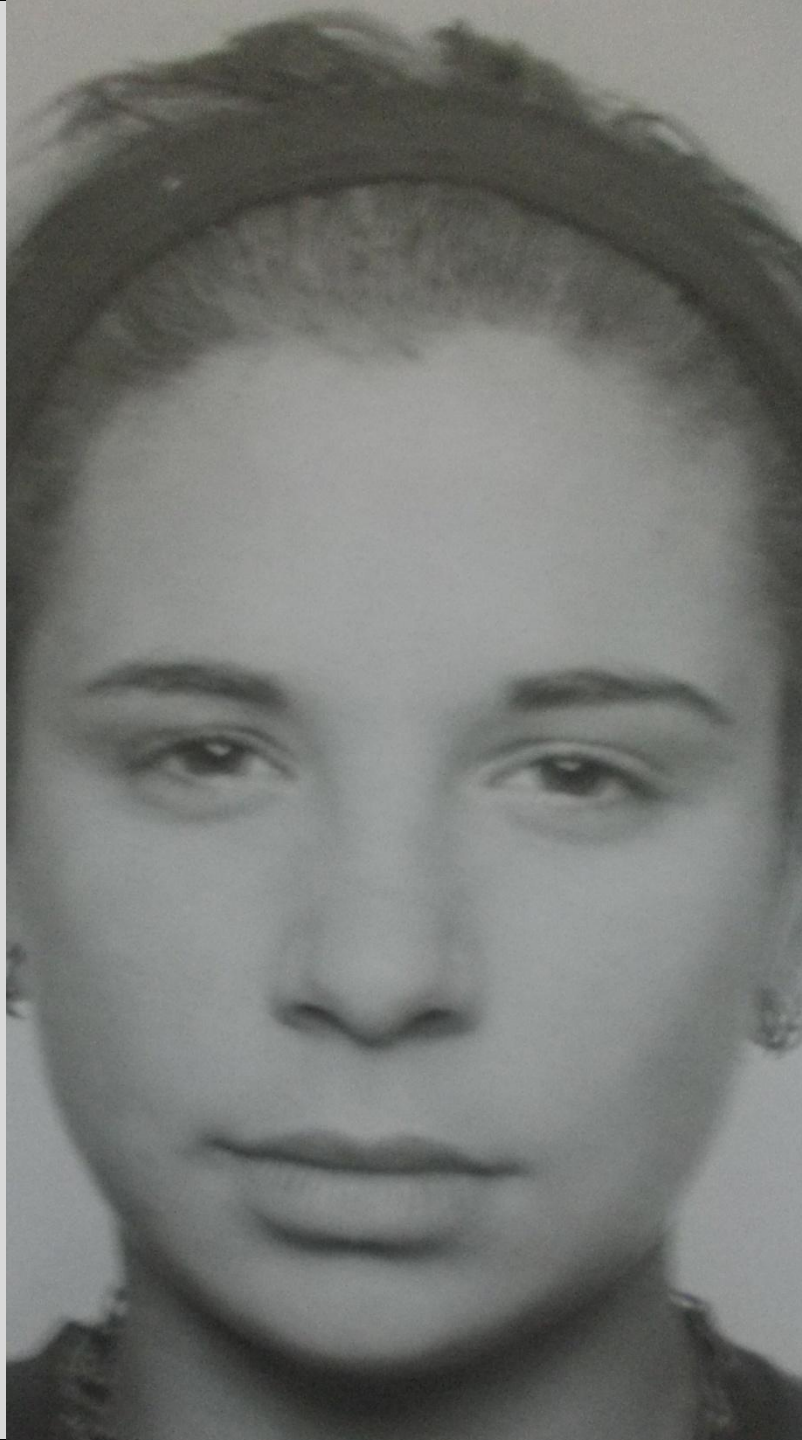


Affekt:

*Angst, Überraschung,
gespannte Aufmerk-
samkeit*

Merkmal:

*hochgezogene
Oberlider*





Affekt:

*Zorn (kontrolliert),
Konzentrations-
schwierigkeiten*

Merkmal:

*hochgezogene
Brauen*





Affekt:

*Sorge, Befürchtung,
leichte Angst*

Merkmal:

*angespannte
Augenbrauen*





*Affekt:
Verärgerung,
kontrollierter Zorn*

*Merkmal:
vorgeschobener
Unterkiefer*





Affekt:

*Verachtung oder
Selbstzufriedenheit*

Merkmal:

*Anspannung des
Mundwinkels*

Lebendigkeit

- eigene Affekte deutlich erleben*
- die erlebten Affekte ertragen (Affekttoleranz)*
- die erlebten Affekte introspektiv differenzieren*
- die erlebten Affekte zum psychischen u körperlichen Selbstverständnis nutzen*
- die erlebten Affekte zum Situationsverständnis nutzen (affektives Situationsverständnis)*
- die eigenen Affekte bremsen oder wachsen lassen (Affektregulation)*
- die eigenen Affekte anderen mitteilen*
- die Affekte Anderer verstehen*
- sich in die Affektwelt Anderer einfühlen*

*„Jeder Mensch ist ein Abgrund,
es schwindelt einem,
wenn man hinabsieht.“*

(Büchner: Woyzeck)

*Der Schwindel, der uns ergreift,
wenn wir in unseren eigenen Abgrund
schauen, wird erträglich, wenn wir ihn
mitteilen und gemeinsam fühlen können.*



Was können Sie erwarten?

1. *Das Gesicht des Leidenden erkennen*
2. *Affekte und ihre Bedeutung*
3. ***Die Bedeutung der Affekte für meine Wahrnehmung des Anderen:***
 - ***Unbewusste Phantasien und ihre Bedeutung***
 - ***Das Moment von Gegenübertragung und Übertragung***
4. *Depression und Aggression: Was hat das miteinander zu tun? Fallvignetten*

- 1. (unbewusste) Phantasien und ihre Bedeutungen*
- 2. Das Phänomen der Übertragung- und Gegenübertragung als Chance und Quelle von Missverständnissen*

Unbewußte Phantasien

Seelisches Leben ist Erleben von Affekten und Bedeutungen.

Von Geburt an werden Bedeutungen in Form körperlicher Empfindungen erfahren.

Unbewußte Phantasien betreffen in erster Linie den Körper, mein Selbst und mein(e) wichtigen Bezugspersonen

Unbewußte Phantasien...

- ... haben eine angeborene Form, die*
- *ein **Subjekt** einschließt,*
 - *ein **Objekt**, dem Absichten unterstellt werden,*
 - *und **eine Beziehung**, in der das Subjekt in Reaktion auf die Absichten des Objekts an diesem etwas tun will **Beide werden als lebendig erlebt und phantasiert.***

Unbewußte Phantasien...

... unterscheiden:

- die Absichten des Objekts werden vom Subjekt entweder böseartig oder wohlmeinend erlebt*
- die Objekte und Beziehungen entsprechend den damit assoziierten / erlebten Körpersensationen (Hunger/Gestilltwerden, Wärme/Kälte etc)*

Ereignis und Erlebnis werden vom Menschen
zusammengebracht:

*Beispiel: Das Kind pflückt einen Apfel und der Wind fängt
heftig an zu brausen. Interpretation: Der Baum wollte das
nicht!*

Die Israeliten wollen aus Ägypten fliehen:

*Die Plagen werden als wohlwollender Beweis für die
Unterstützung Jahwes für ihren Plan angesehen.*

Depressive Position: Charakteristika

Mit fortschreitender Integration begreift das Kind, dass es ein- und dieselbe Person ist (Mutter), die von ein- und derselben Person (Kind) geliebt und gehaßt wird. Mit der Wahrnehmung der Ambivalenz entsteht Konfliktfähigkeit und aus dieser das Schuldgefühl.

Depressive Position

*Die Verschmelzung von Liebe und Haß gegenüber einem Objekt läßt eine besonders **quälende Traurigkeit entstehen**. Sie bringt die früheste und qualvollste Form von Schuldgefühl zum Ausdruck, das in den ambivalenten Gefühlen gegenüber einem Objekt wurzelt.*

Liebe und Schuldgefühl

Jeder Verlust eines geliebten Menschen weckt auch das Gefühl, dass auch die inneren guten Objekte untergegangen, zerstört sind.

*Je nach Qualität der Beziehung zu diesen inneren „Objekten“
Geht es dem Trauernden schlechter, fühlt er sich verfolgt,
ge- oder bestraft, verlassen.*

*Der Trauernde muss also nicht nur die Verbindung zu
äußeren Welt, von der er sich abgeschnitten fühlt,
wiederherstellen.*

*Er muss auch seine innere Welt, die zu zerfallen, oder zu
zerbrechen droht, wieder herstellen.*

Was ist Übertragung?

Eine Übertragung „ist eine spezifische Illusion, die sich in bezug auf eine andere Person einstellt und die ohne Wissen des Subjekts in einigen ihrer Merkmale eine Wiederholung der Beziehung zu einer bedeutsamen Figur der eigenen Vergangenheit darstellt“.

(Sandler et. al. 1996)

Das Phänomen der „Übertragung“ betrifft in besonderer Weise die therapeutische Beziehung.

Übertragung – Gegenübertragung

- Wir sprechen von gemeinsamen Übertragungs-Gegenübertragungs-Inszenierungen (Binder 1998), in denen Therapeut und Patient miteinander eine reale, konflikthafte Beziehung erleben (Körner 1990).
- Es ist umso nützlicher von einer Übertragungsreaktion auszugehen, je häufiger ähnliche, als ungewöhnlich empfundene Reaktionen auftreten und je stärker die Sicht des Patienten auf eine best., durch frühere Beziehungserfahrungen verstehbare Sichtweise eingeengt ist.

Positive Übertragungsphänome

Positive Übertragungsphänome nehmen wir an, wenn der Patient ohne Sie näher zu kennen Ihnen **Merkmale einer guten Elternfigur** zuschreibt. Sie sind für die Entwicklung eines tragfähigen Arbeitsbündnisses von großem Nutzen. Erreichen Sympathie und Wertschätzung das Stadium heftiger Verliebtheit, sprechen wir von **erotisierter oder sexueller Übertragung**.

Ἐν ἀρχῇ
ἦν ὁ
λόγος...

König Saul und David 1 Sam 16



Negative Übertragungsphänomene

Negative Übertragungsphänomene liegen vor, wenn der Patient von der Erwartung oder Überzeugung beherrscht ist, er würde nicht ernst genommen, man würde sich an ihm rächen etc.

Sie **beziehen sich auf Hass** in all seinen vielfältigen Vorformen und Abkömmlingen.



Ἐν ἀρχῇ
ἦν ὁ
λόγος...

Jeremia 14,17



- Es kommt zu einer zwangsläufigen Konfrontation mit dem Sinn und der Bedeutung der bisherigen Lebensweise
- Subjektive Krankheitstheorien verleihen der Krankheit eine besondere Bedeutung, besondere einer „Bestrafung“, einer „Mahnung“, eines „Opfers“, auch einer „Erlösung“ oder werden als durch einen bestimmten Konflikt ausgelöst gedacht.

Was können Sie erwarten?

- 1. Das Gesicht des Leidenden erkennen*
- 2. Affekte und ihre Bedeutung*
- 3. Die Bedeutung der Affekte für meine Wahrnehmung des Anderen: Das Moment von Gegenübertragung und Übertragung*
- 4. Depression und Aggression: Was hat das miteinander zu tun? Fallvignetten***

Ἐν ἀρχῇ
ἦν ὁ
λόγος...



*Herzlichen Dank für Ihre
Aufmerksamkeit!*