

Trauma und Sucht

Kurzinformation

Die **MEDIAN Klinik Richelsdorf** bietet ein Spezialkonzept zur Behandlung von suchtkranken Menschen mit komplexen Traumatisierungserfahrungen, welches die Erkenntnisse der modernen Traumaforschung berücksichtigt.

Menschen, die schwere oder längerfristige Traumatisierungen erfahren haben, leben mit einem überdauernden Gefühl von Hilflosigkeit. Die Lebensgeschichte bedingt eine Erwartungshaltung, die zu einer Wiederholung der Traumata im weiteren Leben führt. Verdrängung wäre der Abwehrmechanismus, der am wenigsten zu krankhaften seelischen Zuständen führt. Meist gelingt der Verdrängungsvorgang nicht und die Seele muss zu weniger erfolgreichen Abwehrmechanismen greifen. Spaltung, Depersonalisations- oder Derealisationssymptome schränken die Wahrnehmung ein, lösen unerträgliche diffuse Ängste aus und führen zur Einnahme von Stoffen (Drogen, Alkohol, Medikamente), die die Wahrnehmung verändern, betäuben und letztendlich in die Sucht führen.

Wie behandeln wir suchtkranke PatientInnen mit Traumaerfahrungen?

Zentraler Inhalt der Therapie ist neben der Entwicklung von Abstinenzmotivation und Abstinenzfähigkeit die psychische Stabilisierung. Dazu gehört, dass die therapeutische Arbeit die aktuellen Beziehungen in den Vordergrund rückt und Techniken zur Selbstberuhigung (auch imaginative) vermittelt. Einzelgespräche haben eine besondere Bedeutung.

Die therapeutische Haltung stärkt die Fähigkeiten und Ressourcen. Das therapeutische Klima ist gekennzeichnet von Respekt und der sorgfältigen Vermeidung von Grenzüberschreitung. Information und Aufklärung der PatientInnen über die Erkrankung und das therapeutische Vorgehen unterstützen ihre Selbstsicherheit.

Da ein **Ansprechen der Gewalt- oder Missbrauchserfahrung** nicht hilfreich ist bevor eine sehr tragfähige, stabile therapeutische Beziehung entstanden und die aktuelle Lebenssituation missbrauchs- und gewaltfrei ist, wird auf konfrontative Techniken bewusst verzichtet. Das Gespräch über die traumatische Erfahrung findet ausschließlich im therapeutischen Einzelgespräch statt, um Triggerreize zu vermindern und eine wohldosierte Auseinandersetzung und Kontrolle der emotionalen Lage sicherzustellen.

Somatisierungsstörungen gehören zu dem Erkrankungsbild und werden den PatientInnen erklärt, um Akzeptanz und Verständnis für die eigene Hypersensibilität zu wecken und dadurch psychisch zu entlasten und zu stärken. Linderung der körperlichen Beschwerden wird mit Verfahren aus der Naturheilkunde, Entspannungsverfahren und physiotherapeutischen Maßnahmen erreicht.

Körperorientierte Entspannungsverfahren (Muskelentspannung nach Jakobson, Yoga), regelmäßige Sport – und Bewegungstherapie und Training an den Fitnessgeräten zur Verbesserung der Körperwahrnehmung und der Körpergrenzen (gerade auch bei Menschen, die sich selbst verletzen müssen) unterstützen dabei ebenso wie imaginative Übungen.

Da die aktuelle **Beziehungsgestaltung** durch die traumatischen Erfahrungen geprägt ist, ist es uns wichtig, im therapeutischen Setting mit den PatientInnen vorsichtig, maßvoll und ihre Schwierigkeiten verstehend zu arbeiten. Abgrenzung und Grenzsetzung werden eingeübt, um damit das Ich und die Beziehungssicherheit zu stärken. Wir unterstützen unsere PatientInnen dabei zu erleben, dass sie nicht mehr hilflose Opfer sind, sondern in der Lage in ihrer jetzigen Lebenssituation Grenzen zu setzen ohne sich selbst oder die Beziehung zu gefährden.

Rahmenbedingungen der Klinik

In der Behandlung von PatientInnen mit posttraumatischen Belastungsstörungen legen wir viel Wert darauf, die Rahmenbedingungen in der Bezugsgruppe so zu gestalten, dass unkontrollierte, destruktiv wirkende Triggerreize und eine maligne Identifizierung über die Traumatisierung soweit als möglich vermieden werden.

Dazu dient, beispielsweise das Gebot im alltäglichen Kontakt und in den Gruppengesprächen nicht über das Trauma zu sprechen. Jeder einzelne Psychotherapeut ist unterwiesen und fortgebildet im Umgang mit dieser Erkrankung.

Die Therapeuten der Begleittherapie, die Ärzte und das Pflegepersonal kennen sich mit der Erkrankung aus und achten darauf Grenzüberschreitungen, aber auch „gut gemeinte“ therapeutische Übergriffe zu vermeiden. Sie berücksichtigen die Soziophobie, schützen und entlasten die PatientInnen, so dass der gesamte therapeutische Rahmen stabilisierend und stützend wirkt. Auf diese Weise soll ein suchtmittelfreies, erträgliches Lebensgefühl erarbeitet werden.

Eine ambulante Nachsorge zum Erhalt der Abstinenzfähigkeit und weiteren Unterstützung in schwierigen Lebenssituationen wird regelhaft für diese PatientInnen geplant und beantragt. Wir führen ein Übergabegespräch und vereinbaren einen ersten festen Termin. Wenn der Therapeut nicht bekannt ist, findet nach Möglichkeit auf einer Heimfahrt schon während der stationären Therapie ein erstes Gespräch statt.

Der/die TherapeutIn sollte, neben der Erfahrung in der Behandlung von traumatisch bedingten Persönlichkeitsstörungen, Kenntnisse über Suchterkrankungen haben, damit in der Konfrontation die Gefahr des Rückgriffs auf das Suchtmittel im Blick bleibt.

Für weitere Fragen rufen Sie uns gerne an.

Ihr Team der MEDIAN Klinik Richelsdorf