



Rezension:

## **Das verfolgte Selbst - Strukturelle Dissoziation und die Behandlung chronischer Traumatisierung**

Autor: Onno van der Hart, Ellert R.S. Nijenhuis, Kathy Stelle  
Verlag: Junferman – 2008

Mit hohem Respekt und Bewunderung möchte ich dieses Buch als kontinuierlich lernender Therapeut rezensieren. Das Erstaunlichste sei zuerst benannt: Mit höchster Fachlichkeit geschrieben, ist das sehr anspruchsvolle Buch verständlich, erklärend und klärend, jederzeit empathisch und in sehr vielfältiger Weise hilfreich. Der Leser darf sich über viele "AHA-Momente" sicher sein. Mit einem Lächeln möchte ich sagen: Vorsicht es besteht Veränderungs-Gefahr.

Die Grundlage dieser konzeptionellen Überlegungen und Forschungen der Autoren basiert auf dem Verständnis der "Psychologie des Handelns" von Pierre Janet (1859-1947). Die strukturelle Dissoziation beschreibt einen Mangel an Integration zwischen zwei oder mehreren psychobiologischen Subsystemen der Persönlichkeit. Jeder dieser Subsysteme der dissoziativen Teile der Persönlichkeit enthält seinen eigenen Sinn von sich Selbst und seinen Wahrnehmungen bezogen auf die Umgebung. Die unterschiedlichen Anteile sind nicht komplett voneinander getrennt, aber können, zum Beispiel, in den Bereich des Anderen eindringen und stören. Ebenso können sie sich gegenseitig ablehnen oder voreinander fürchten. Die Folge ist ein Mangel an Kohärenz und Koordination innerhalb der Gesamtpersönlichkeit von Traumatisierten.

Es gibt zwei Hauptarten von Persönlichkeitsanteilen, sie werden als ANP (anscheinend normale Persönlichkeitsanteile) und EP (emotionale Persönlichkeitsanteile) beschrieben. ANP versuchen im täglichen Leben zu funktionieren, und EP ist fixiert auf traumatische Erinnerungen. In der primären strukturellen Dissoziation gibt es ein ANP und ein EP. In der sekundären strukturellen Dissoziation gibt es mehr als ein EP, und in der tertiären strukturellen Dissoziation mehr als ein ANP und mehr als ein EP. Diese komplexeren Formen berichten von heftigen Traumatisierungen im Kindesalter und einem Mangel an sozialer Unterstützung. Solange der Klient sich als ANP vor dem fürchtet was in der Psyche geschieht, können die traumatische Erinnerungen die in Beziehung zu dem EP stehen nicht integriert werden. Passend zu der Furcht und Abwendung der ANP's von den EP's bleibt die strukturelle Dissoziation erhalten, so die Erkenntnis der Autoren.

Eine weitere Unterscheidung und auch Lösungsansatz beschreibt die Darstellung von Handlungssystemen. In der Vermittlung von einem oder mehreren Handlungssystemen des täglichen Lebens, versucht der ANP im täglichen Leben zu funktionieren. Der EP vermittelt primär in Bezug auf die Handlungssysteme Verteidigung und Erhaltung. Passend zu dieser Beziehung von unterschiedlichen Handlungssystemen, haben ANP und EP unterschiedliche Motivationen und Ziele. Es werden weitere Arten von ANPs/EPs beschrieben. Beispiel: Ein "Kampf-EP", das sich gegen jede Form von intimer und beschützter Bindung zur Wehr setzt, kann mit dieser Motivation und Absicht ein vorhandenes "bindungs-bedürftiges-EP" verfolgen.

Im Weiteren werden negative und positive psychoforme wie auch somatoforme dissoziative Symptome dargestellt. Negative psychoforme dissoziative Symptome werden als Verlust im Sinne von



"zu wenig" erklärt. Affektverlust, Verlust der kritischen Denkfähigkeit, Verlust von Bedürfnissen sollen hier an dieser Stelle benannt sein. Positive Symptome sind demnach ein "zuviel" an Wahrnehmung von Gedanken, Ideen, Gefühlen und inneren Bildern.

Das Spektrum der traumabezogenen Störungen wird bezogen auf das Buchthema, komprimiert und geschliffen in kurzen präzisen Beispielen aufgezeigt. "Der EP kann sich im Falle einer PTBS fürchten, er kann Panik empfinden, oder er kann Drogen konsumieren (um traumatische Erinnerungen oder andere belastende positive dissoziative Symptome abzuwehren), bulimisches oder anorektisches Verhalten entwickeln und aggressiv handeln. Der EP kann hierbei ebenso somatoforme Symptome wie körperliche Anästhesie, lokale Schmerzen oder Lähmungserscheinungen erleben.

"Der Klient muß begreifen, daß seine Gefühle, Gedanken oder Wünsche ihm helfen sollten, seine Aufgaben in der Welt zu erfüllen, und daß sie sich auf sein Verhalten und seine Beziehungen auswirken." "Viele Klienten können nicht zwischen Gefühlen und Verhaltensweisen unterscheiden. Wenn sie sich beispielsweise wütend fühlen, fürchten Sie, sie könnten aus unkontrollierter Rage heraus handeln".

Deutliche und hilfreiche Hinweise werden dem Therapeuten im letzten Viertel des Buches gegeben. Darin geht es um traumabezogene Phobien die auch die strukturelle Dissoziation aufrecht erhalten können. Benannt werden unter anderem Phobien hinsichtlich bestimmten traumatischen Reizen, Gedanken und Erinnerungen, mentalen Handlungen, der Veränderung im Allgemeinen und Speziellem, menschlichen Bindungen und Zuneigung sowie dissoziierten Anteilen. Der Therapeut bekommt umfangreiche Hilfsangebote wie er den Gefühlen seines Klienten durch Beachtung und Respekt begegnen und mit diesen Gefühlen sorgsam arbeiten kann. Die Arbeit mit Symbolen, Metaphern und Anderem führt zur Erhöhung der Möglichkeiten von mentalen Handlungen. Im Sinne des Buches und der Theorie Pierre Janet: Psychologie des Handelns. Durch dieses in Ihrer Gesamtheit und Komplexität beschriebene Vorgehen, kann es gelingen alle dissoziierten Anteile des Klienten zu ermutigen, sich der Existenz anderer Anteile und ihrer jeweiligen Ziele sowie ihres Zusammenwirken im Gesamtsystem des Klienten bewusster zu werden. Benannt wird dies als Synthese.

In der letzten traumatherapeutischen Phase geht es den Autoren um die Realisation und Fusion. In dieser der Klient eine Eigenbeschreibung der Gegenwart entwickelt die zwar durch die Vergangenheit geprägt aber nicht mehr diktiert wird. Trauergefühle ebnen den Weg in die Gegenwart und Zukunft mit neuen förderlichen Erlebnissen. Auf das unterschiedliche Maß an mentaler Effizienz und mentaler Energie wird im thematischem Kontext immer wieder abgehoben und beschreibt sich in dem Klienten zugeschriebenen Kernsatz: "Ich bin mehr als ein Traumatisierter". Dazu hier und "passend" die Abschlusssätze des Buches: " Wenn ich nicht für mich selbst bin, wer bin ich dann? Wenn ich nicht mit anderen zusammen bin, was bin ich dann? Wenn nicht jetzt, wann dann"?

Dieses Buch gehört meiner Ansicht nach in den Bücherschrank eines Jeden, der traumatisierte Menschen professionell begleitet. Für Klienten ist das Buch sicherlich eine Hilfe sich selbst besser zu verstehen und um sich möglicherweise auf den Weg zur (nochmaligen) spezialisierten therapeutischen Hilfe zu begeben. Das Buch ist für mich in mehrfacher Hinsicht eine positive HERAUSFORDERUNG. Höchstwahrscheinlich auch für Sie als zukünftigen Leser.