



## 10 Grundbegriff Psychoanalyse PA

Wie Andrawis A, (2018); beschrieben hat dass, die PA ist eine Disziplin der Humanwissenschaften, die sich mit menschlichem Leben und dessen seelischen Leid und psychischen Erkrankungen, mit Fokus auf frühkindliche Traumata beschäftigt. Aus Sicht anthropologischer Ansätze wird der Mensch als Einheit von Körper, Geist und Seele betrachtet, welche als voneinander untrennbar verstanden werden. PA ist die Wissenschaft des Unbewussten. Sigmund Freud gründete sie vor über 100 Jahren als neue Disziplin unter dem Begriff PA. Ihre Wurzeln liegen in der Medizin, Metapsychologie und Philosophie. Als analytische Disziplin stellt sie eine Methode zur Erforschung des Unbewussten und der Erkrankungen durch frühkindliche Verdrängungen und Traumata dar. Weiters beschäftigt sie sich mit einer Reihe von praktischen psychoanalytischen Techniken und theoretischen Konzepten, sowie Modellvorstellungen über die Entstehung psychischer Erkrankungen und seelischen Leidens (List 2009).

Die PA richtet Ihren Fokus auf frühkindliche Traumata. Hierbei muss folgendes beachtet werden: Widerstand von Seiten des Patienten, die Übertragung von Verdrängungen, ödipale strukturelle Mangel, und die Einschätzung der pathologischen Sexualität. Die umfassende Kulturtheorie der PA ist eine Lehre von menschlichen Individuen, sowie als Kollektiv internalisierter Traumata und deren Betrachtung. Die Massendynamik und deren Führung zu gesellschaftlichen Opfern und den einzelnen Individuen sind außerdem abzuklären. (Freud A. & Grubrich-Simitis 2006). Die PA untersucht seelische Vorgänge, welche sonst kaum zugänglich sind, insbesondere unbewusste Bedeutungen von Reden, Handlungen, Gefühlen und imaginären Einbildungen, Träumen, Phantasien und Wunschvorstellungen. Sie ist eine psychotherapeutische Methode, die sich auf diese Untersuchung gründet und durch die Deutung von Wunsch und Abwehr, von Übertragung und Gegenübertragung gekennzeichnet ist. In dieser Bedeutung wird der Begriff

Psychoanalyse als Synonym für die psychoanalytische Behandlung und Therapie verwendet (ebd.).

So wie List (2009) beschrieben hat, ist die PA und ihre Analyse etwas, das man zerlegen, zersetzen oder binden kann: Ein sprachlicher Vergleich also mit der Arbeit im chemischen Labor, wo es auch zu Zersetzungen oder chemischen Bindungen kommen kann. In der Erhebung der biographischen Anamnese des Menschen kann es zu komplizierten Zusammenhängen kommen. Im Labor des Unbewussten versucht man durch Träume und Traumdeutung anhand von freien Assoziationen den Zugang zum verdrängten Unbewussten zu finden. Der Therapeut kann dadurch die früheren Verdrängungen rekonstruieren bzw. verknüpft die Zusammenhänge zur jetzigen Psychodynamik und zum jetzigen Konflikt (List 2009).

### **10.1 Therapien durch pharmakologische Ansätze**

Die Antidepressiva und Benzodiazepine werden bei heutigen Therapien eingesetzt, wobei die Benzodiazepine nur am Anfang der Therapie eingesetzt werden sollen, wenn der Zustand akut und quälend ist. Raschere und effektivere Wirkung erlangt man auf diese Weise. Beachten muss man aber, dass dieses Mittel nur kurzfristig eingesetzt werden sollte, um Abhängigkeit zu vermeiden. Das Absetzen von Benzodiazepinen müsste in mehreren Schritten und über einige Wochen erfolgen. Die Antidepressiva, die selektive Serotonin-Wiederaufnahme -Hemmer (SSRI) kommen hierbei zum Einsatz. Der Effekt durch Antidepressiva tritt in der Regel nach zwei bis drei Wochen ab der Einnahme ein, im Vergleich zu den Benzodiazepinen, die gleich wirken. Es gibt in den letzten Jahren ein deutlich positives Ergebnis über den Therapieerfolg bei Angststörungen. Sowohl psychopharmakologische, als auch Psychotherapien sind, laut Möller et al. (2005), der ideale Ansatz für gezielten Erfolg. Die Psychoanalyse PA spielt bei der generalisieren Angststörung eine große Rolle. Im weiteren Sinn hat die Psychoanalyse als Sonderform der Schulpsychotherapie in der Alltagserfahrung des Autor mit den Patienten gezeigt, dass es seine Aufgabe als Psychoanalytiker war, eine Verbesserung der sozialen Kompetenz, sowie Strukturierung des Umfeldes und Bewusstmachung und Wiedererleben des inzwischen unbewussten ursprünglichen Konflikts im Rahmen eines Übertragungsprozesses, einer "Nachreifung" des Ichs über die Entwicklung optimaler Konfliktlösungen zu erreichen. Außerdem der Aufbau eines tragfesten, psychischen Zustands stabiler Partnerbeziehungen, in weiterer Folge, die Wiedererlangung der sozialen Fertigkeiten, der Aufbau von

Selbsthilfekompetenz durch Reflexion der Ereignisse, inklusive Selbstwertförderung, um unbewusste Verdrängungen der Kindheit mit Rekonstruktion zu verstehen und bewusst darzustellen. Für Gesundheit und Lebenszufriedenheit ist es wichtig, dass persönliche Bedürfnisse erreicht werden können. Am Ende soll sich der Patient frei und unabhängig fühlen (ebd.).

### **Progressive Muskelrelaxation nach Jacobsen**

Es handelt sich um Entspannung und Anspannung einzelner körperlicher Muskeln, Bio-Feedback und autogenes Training. All diese Formen zeigen als physiologischer Prozess positive Rückmeldung auf das vegetative Nervensystem.

II. Die Psychoanalyse, sowie die psychoanalytische Psychotherapie und –verfahren Beide Methoden spielen eine große Rolle beim Aufdecken des Grundes destruktiv-infantiler Verhaltensmuster, Muster von Ängsten, um Korrektur und Bewusstmachung zu erzielen. Gegen die Ängste wird eine Bewältigungsstrategie erarbeitet. Möller et al listen strukturelle Ich- Schwächen als Ursache auf, welche durch Angstbewältigungsstrategien beseitigt werden können. Hinzu kommt der Aufbau eines tragfesten psychischen Zustands und der Selbsthilfekompetenz durch Reflexion der Ereignisse, inklusive Selbstwertförderung, um unbewusste Verdrängungen der Kindheit mit Rekonstruierung zu verstehen und bewusst darstellen zu können (Möller et al. 2005). Die Betroffenen sollen wissen, dass die Ängste nicht als allmächtig und unveränderbar anzunehmen sind und Hilfe suchen. Sie haben die Tendenz während des Therapieprozessverlaufes Angst vor der Mobilisierung der Abwehrmechanismen zu zeigen und somit wird die Erreichung der therapeutischen Ziele erschwert. Die Einnahme von Psychopharmaka, insbesondere von Antidepressiva, Serotonin Wiederaufnahme-Hemmer (SSRIs) bei der Therapie hat effektiven Erfolg bei der Genesung gezeigt. Um einen Rückfall vermeiden zu können, empfehlen Dilling et al. (2011), die Psychopharmaka nach bestimmter Zeit weiter zu nehmen.

**Prof. Dr. Andrawis**