



9 Das Symptom der Verzettlung

Das Symptom der Verzettlung kann den Persönlichkeitsstörungen, ins besonders dem Borderline-Typ zugeordnet werden und stellt einen Abwehrmechanismus dar. Warum ist das der Fall? Diese Störungen entstehen durch frühe kindliche Traumata und ziehen sich durch die Pubertät hindurch. Hier kann man sich vorstellen, einen Massen Ansammlung von Traumata, die verschiedene, unterschiedliche Gründe und Ursachen haben. Das Bewusstsein erschwert sich von diesen ungeordneten Konflikten zu einer geordneten Themenauseinandersetzung. Dies wird erschwert durch die verdrängten Traumata des Unbewussten, das mit dem Bewusstsein nicht kommunizieren kann. Zeigt eine Person das Symptom der Verzettlung, bedeutet dies, dass zwischenmenschliche Kommunikation und zwischenmenschliche Beziehungen banal und gestört sind. An Hand eines Beispiels in der Partnerschaft: Person A und Person B. Person A hat beim Wunsch mit seinem Partner zu kommunizieren eine Neigung zur Verzettlung. Das zeigt sich in Formen des raschen Themenwechsels, wobei keine Zusammenhänge im Gespräch sich darstellen. Person B kann sich nach einer gewissen Zeit nicht mehr konzentrieren, da die Zusammenhänge zwischen den Themen fehlen. Die Inhalte dieses Gespräches fühlen sich leer und langweilig an.

Sich laufend zu verzetteln ist belastend für den Gesprächspartner und die Gespräche können als leer, nicht klar und nicht zielführend beschrieben werden. So fühlt man sich etwa nach einem Gespräch aufgrund der vielen nicht zusammenpassenden Informationen seines Gesprächspartners erschöpft (Dysfunktionalität der Kommunikation und der Harmonie).

Gründe für Verzettlung:

1. Unsicherheit, Angst, Gefühl der Überforderung führen zur Verzettlung. Man kann dies als

das Symptom der Verzettelung bezeichnet. Wenn Person A die Person B aufmerksam macht auf die Sinnlosigkeit des Gespräches, reagiert Person B mit Widerstand. Um

nicht in die eigene Depotkammer schauen zu müssen, weil man seine eigene Unsicherheit nicht zeigen und wahrhaben möchte, stellt sich Widerstand ein. Die Unsicherheit, Angst vor dem Aufdecken der eigenen Minderwertigkeitskomplexe erzeugen innerliche Gefühle, die noch mehr Verzettelung verursachen.

Der eigene Minderwertigkeitskomplex wird zugedeckt. Man kompensiert, füttert somit seine Neurose und trägt weiterhin seine Maske.

Das Symptom der Verzettelung kann dem Borderline-Typ zugeordnet werden und stellt einen Abwehrmechanismus dar. Zeigt eine Person das Symptom der Verzettelung, bedeutet dies, dass die zwischenmenschliche Kommunikation und zwischenmenschliche Beziehungen banal und gestört sind. Sich laufend zu verzetteln ist belastend für den Gesprächspartner und die Gespräche können als leer, nicht klar und nicht zielführend beschrieben werden, was als belastend erlebt wird. So fühlt man sich etwa nach einem Gespräch aufgrund der vielen nicht zusammenpassenden Informationen seines Gesprächspartners von einem Gespräch „erschlagen“.

Therapie

Beim Symptom der Verzettelung handelt es sich um frühe kindliche Traumata, die verdrängt worden sind und deren Einfluss auf zwischenmenschliche Beziehung. Beim betroffenen Patienten handelt es sich um vegetative, psychosomatische Symptome. Die vegetative Steuerung durch unbewusste Mechanismen der Unsicherheit und Minderwertigkeitskomplexe lösen Stressfaktoren aus. Wir wissen, dass Stress die Ausschüttung von Stresshormonen beeinflusst. Durch die Aktivität von Adrenalin, Cortisol kommt zu einer Konzentrat Vermehrung von Stresshormonen. Dies überträgt sich durch das Kreislaufsystem und nimmt einen negativen Einfluss auf den Verdauungstrakt, Herz und Kreislauf Rhythmus Störung und in den Gedächtnis Zellen im Gehirn werden durch die Steigerung des Stresshormons Gedächtniszellen blockiert.

Die Erklärung für die Verzettelung liegt in der individuellen Biographie des einzelnen Individuums begründet. Es bedarf der Therapie. Beim therapeutischen Prozess ist die Aufdeckung und Überwindung von Traumata wichtig. Mittels Deutungssprache deckt der

Therapeut die Inhalte des Unbewussten auf und kann so zur Heilung führen. Die Deutungssprache basiert auf drei Schritten:

1. Rekonstruktion aus der biographischen Anamnese des Patienten bzw. Eltern und Großeltern. Wichtig ist hier genetische Dispositionen zu erfassen.
2. Verknüpfung zwischen der Biographischen Anamnese und der Psychodynamik im Hier und Jetzt herstellen (der bestehende Konflikt).
3. Aus der Deutungssprache heraus werden Ursachen und Entstehung der Erkrankung, deren Symptome und Zusammenhänge mit Veränderung der destruktiv infantilen Verhaltensmuster auf die zwischenmenschlichen Beziehungen erklärt. Wie man von diesem Verhaltensmuster zu einem kommunikativen, Weltverständnis, Empathie, Arbeit und sozialfähigem Leben kommt.

Insbesondere in der Partnerschaft ist dieser Veränderungsprozess wichtig zu sehen. Danach wird ein therapeutisches Ziel formuliert und diesem Vorhaben angepasst.

Man kann sich diesen Prozess auch folgendermaßen vorstellen:

Der Therapeut kann als Metapher, mit einem Taucher im Ozean (Ozean ist zu verstehen als Seele in ihrer Tiefe des Unbewussten) verglichen werden, der allein Zugang zum Unbewussten hat und nacheinander einzelne verborgene Verdrängungen aus dem Unbewussten UBW über das Vor-bewusste VB ins Bewusstsein BW hebt.

Deutet der Therapeut dem Patienten, geht es zuerst um die Frage, ob der Patient die Deutung verstanden hat und sie für ihn plausibel ist. Ist dies der Fall, wurde ein Inhalt aus dem Unbewussten ins Vorbewusste gehoben. Setzt sich der Patient nicht länger bzw. weiter mit diesem Inhalt auseinander, besteht die Gefahr, dass der ins Vorbewusste gehobene Inhalt wieder ins Unbewusste absinkt (Widerstand). Damit dies nicht passiert, bedarf es der Bewusstmachung, damit die Aufdeckung gesichert wird und nicht wieder ins Unbewusste zurückfällt. Für die Erreichung der therapeutischen Ziele ist die Verinnerlichung von zentraler Bedeutung, der die Umsetzung in die Tat folgt. Da alles ein Prozess ist, soll man auch nicht daran verzweifeln, wenn man wieder einen Rückschlag erleidet. Denn es braucht Zeit, um eine neue Information umzusetzen. Wichtig ist, dass man an sich selbst arbeiten will und bereit ist, sich seinen Verdrängungen zu stellen.

Kann das Symptom der Verzettelung behoben werden, wird damit gleichzeitig auch an anderen Themen gearbeitet und werden andere Themen wie Unsicherheitsgefühle, Minderwertigkeitskomplexe und Angst geschlossen und die Ich-Stärke wächst.

Dies führt zur Entlastung zwischenmenschlicher Beziehungen, wirksamer Kommunikation und einem harmonischen Zusammenleben. Eine gesunde Kommunikation stellt sich ein: Gespräche sind nun durch Klarheit und Zielgerichtetheit gekennzeichnet.

Prof. Dr. Andrawis