AKADEMIE FÜR
GANZHEITLICHE MEDIZIN
PSYCHOSOMATIK &
PSYCHOTHERAPIEWISSENSCHAFT

Prof. DDr. Andrawis
Favoritenstrasse 37
A-1040 Wien
med.pth.praxis@gmail.com

+43 650 744 88 63
+48 516 061 427
andrawis-akademie.com

10 Psychoanalyse PA und Humanwissenschaften

Gemäß Andrawis A, (2018) ist die Psychoanalyse (PA) eine Disziplin der Humanwissenschaften, die sich mit dem menschlichen Leben und dem damit verbundenen seelischen Leid sowie psychischen Erkrankungen auseinandersetzt. Dabei liegt der Fokus auf frühkindlichen Traumata. Anthropologische Ansätze betrachten den Menschen als eine Einheit aus Körper, Geist und Seele, die untrennbar miteinander verbunden sind. Die Psychoanalyse ist die Wissenschaft des Unbewussten. Vor über 100 Jahren gründete Sigmund Freud sie als eine neue Disziplin und nannte sie Psychoanalyse. Ihre Ursprünge liegen in der Medizin, der Metapsychologie und der Philosophie. Als analytische Disziplin stellt sie eine Methode zur Erforschung des Unbewussten und der Erkrankungen dar, die durch frühkindliche Verdrängungen und Traumata verursacht werden. Zudem beschäftigt sie sich mit einer Reihe von praktischen psychoanalytischen Techniken sowie theoretischen Konzepten und Modellen zur Entstehung psychischer Erkrankungen und seelischen Leidens (Andrawis A, 2018).

Bei der Untersuchung frühkindlicher Traumata mithilfe psychoanalytischer Techniken kann es zu Widerstand seitens der Patienten kommen. Dieser Widerstand entsteht durch die Übertragung von Verdrängungen in Form von Projektionen (Fremdobjektrepräsentanz) und kann ödipale strukturelle Defizite hervorrufen. Es ist ebenso wichtig, die Bewertung pathologischer Sexualität einzubeziehen. Die umfassende Kulturtheorie der Psychoanalyse umfasst die Lehre von menschlichen Individuen sowie von kollektiv internalisierten Traumata. Die Entstehung von Massendynamiken, die zu gesellschaftlichen und menschlichen Opfern führen können, wird dadurch erklärt und dargestellt (Freud A, & Grubrich-Simitis, 2006).

Wie der Autor (2018) beschrieben hat, untersucht die Psychoanalyse seelische Vorgänge, die ansonsten kaum zugänglich sind, insbesondere die unbewussten Bedeutungen von Äußerungen, Handlungen, Emotionen und imaginären Vorstellungen, Träumen, Fantasien und Wunschvorstellungen. Sie stellt eine psychotherapeutische Methode dar, die sich mit der Interpretation von Wünschen und Abwehrmechanismen, Übertragung und Gegenübertragung

beschäftigt. In diesem Kontext wird der Begriff "Psychoanalyse" als Synonym für die psychoanalytische Behandlung und Therapie verwendet (Andrawis A, 2018).

Die Psychoanalyse wird oft als eine wissenschaftliche Methode betrachtet. Sie ist eine umfassende psychologische Theorie und Therapieansatz, der von Sigmund Freud und seinen Nachfolgern entwickelt wurde. Die Psychoanalyse zielt darauf ab, tief liegende unbewusste Prozesse und Konflikte im menschlichen Geist zu verstehen und zu analysieren. Dabei werden verschiedene Techniken wie freie Assoziation, Traumanalyse und Interpretation verwendet, um Einblicke in die Psyche des Individuums zu gewinnen. Obwohl die Psychoanalyse in der wissenschaftlichen Gemeinschaft auf verschiedene Arten diskutiert wurde und nicht immer die gleiche empirische Strenge wie andere Forschungsbereiche aufweist, hat sie dennoch einen signifikanten Einfluss auf die Psychologie und die Behandlung von psychischen Erkrankungen gehabt. Viele Aspekte der Psychoanalyse, wie das Verständnis der Unbewusstheit und der psychodynamischen Prozesse, werden in psychologischer Forschung und Therapie weiterhin berücksichtigt.

Die Psychoanalyse als eine Methode, die etwas aufspalten, analysieren oder verknüpfen kann. Dies lässt sich mit der Arbeit in einem chemischen Labor vergleichen, in dem es um chemische Bindungen, Lösungen, Reaktionen und das Aufbrechen von Bindungen durch Änderung der Umstände geht. Bei der Erfassung der biographischen Anamnese eines Menschen können komplexe Zusammenhänge auftreten. Im Labor des Unbewussten versucht man durch Träume und Traumdeutung mittels freier Assoziationen Zugang zum verdrängten Unbewussten zu finden. Auf diese Weise kann der Therapeut frühere Verdrängungen rekonstruieren und die Zusammenhänge verknüpfen, um die gegenwärtige Psychodynamik und Konflikte sichtbar zu machen (ebd.).

Pharmakologische Therapieansätze

In heutigen Therapieansätzen werden Antidepressiva und Benzodiazepine eingesetzt, wobei Benzodiazepine lediglich zu Beginn der Therapie eine Rolle spielen sollen, insbesondere bei akuten belastenden Zuständen. Dies ermöglicht eine schnellere und effektivere Wirkung. Diese Medikamente sollten jedoch nur kurzfristig verwendet werden, um Abhängigkeiten zu vermeiden. Das Absetzen von Benzodiazepinen erfordert einen schrittweisen Prozess über

mehrere Wochen. Antidepressiva, wie selektive Serotonin-Wiederaufnahmehemmer (SSRI), kommen ebenfalls zum Einsatz. Die Wirkung von Antidepressiva tritt in der Regel nach zwei bis drei Wochen ab Beginn der Einnahme ein. Im Gegensatz dazu wirken Benzodiazepine sofort. In den letzten Jahren konnten bei der Behandlung von Angststörungen mit Antidepressiva deutlich positive Ergebnisse erzielt werden. Sie werden häufig als begleitende Therapie erfolgreich eingesetzt. Laut Andrawis A, (2018) ist eine Psychotherapie in Verbindung mit einer psychopharmakologischen Therapie der ideale Ansatz für gezielten Erfolg.

Die Psychoanalyse spielt eine bedeutende Rolle bei der Behandlung der generalisierten Angststörung. In einem weiteren Kontext hat die Psychoanalyse als spezielle Form der Schulpsychotherapie die Aufgabe, die soziale Kompetenz zu verbessern sowie eine (Neu)Strukturierung des Umfelds zu ermöglichen. Sie zielt darauf ab, das Bewusstsein für und die Wiederbelebung des ursprünglichen, inzwischen unbewussten Konflikts im Rahmen eines Übertragungsprozesses und einer "Nachreifung" des Ichs zu fördern. Ziel ist die Entwicklung optimaler Konfliktlösungen. Durch die Etablierung eines stabilen psychischen Zustands und einer unterstützenden Partnerbeziehung können soziale Fähigkeiten wiedererlangt werden. Die Reflexion und Rekonstruktion biographischer Ereignisse helfen bei der Aufdeckung unbewusster Verdrängungen aus der Kindheit. Die Förderung von Selbsthilfekompetenzen, einschließlich der Stärkung des Selbstwerts und die Achtung persönlicher Bedürfnisse, führen zur Gesundheit und Lebenszufriedenheit. Das Ziel ist, dass sich der Patient letztendlich frei und unabhängig fühlt (ebd.).

Das vegetative Nervensystem

In der Medizin bezieht sich das vegetative Nervensystem, auch autonomes Nervensystem genannt, auf einen Teil des peripheren Nervensystems, der die Kontrolle über viele lebenswichtige Körperfunktionen ausübt. Anders als das willkürliche Nervensystem, das unsere bewussten Handlungen steuert, reguliert das vegetative Nervensystem eine Vielzahl von automatischen und unbewussten Funktionen im Körper, die für das Überleben und das reibungslose Funktionieren notwendig sind.

Das vegetative Nervensystem besteht aus zwei Hauptkomponenten

1. Sympathisches Nervensystem: Dieser Teil des autonomen Nervensystems ist in der Regel für die "Kampf-oder-Flucht"-Reaktion verantwortlich. Es aktiviert sich in Stresssituationen, um den Körper auf schnelle Aktionen vorzubereiten. Es erhöht die Herzfrequenz, erweitert die Atemwege, mobilisiert Energie und leitet Blut weg von weniger wichtigen Funktionen wie der Verdauung hin zu den Muskeln.

2. Parasympathisches Nervensystem: Dieser Teil ist für die Entspannungsreaktion des Körpers verantwortlich. Es fördert die Verdauung, senkt die Herzfrequenz, verengt die Pupillen und unterstützt den Körper bei der Erholung und Regeneration.

Das Gleichgewicht zwischen diesen beiden Komponenten des vegetativen Nervensystems ist entscheidend für die Aufrechterhaltung der Körperfunktionen und die Anpassung an verschiedene Situationen. Störungen im Gleichgewicht können zu einer Vielzahl von gesundheitlichen Problemen führen, darunter Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Verdauungsstörungen, Schlafstörungen und mehr. Im Umgang mit belastenden körperlichen Symptomen, die mit dem vegetativen Nervensystem in Verbindung stehen, können verschiedene Methoden hilfreich sein. Die progressive Muskelrelaxation nach Jacobsen zielt auf Entspannung und Anspannung einzelner Muskeln ab. Biofeedback und autogenes Training lösen positive und regulierende physiologische Prozesse aus und haben eine positive Wirkung auf das vegetative Nervensystem. Diese Methoden können die Entwicklung von Selbsthilfekompetenzen unterstützen und ergänzend zur Therapie einen positiven Einfluss haben.

Das Zusammenwirken zwischen dem Zentralnervensystem (ZNS) und dem vegetativen Nervensystem (VNS) ist von entscheidender Bedeutung für die Regulierung vieler lebenswichtiger Funktionen im Körper. Das Zentralnervensystem, bestehend aus Gehirn und Rückenmark, ist das Hauptkontrollzentrum des Körpers. Es empfängt Informationen von Sinnesorganen, verarbeitet diese Informationen und sendet Befehle an verschiedene Körpersysteme aus. Das ZNS beeinflusst auch das vegetative Nervensystem, indem es Signale sendet, die die Aktivität des sympathischen und parasympathischen Nervensystems steuern.

Das vegetative Nervensystem ist dafür verantwortlich, lebenswichtige Funktionen wie Herzschlag, Atmung, Verdauung, Blutdruck und mehr zu regulieren. Diese Funktionen sind normalerweise automatisch und nicht willentlich kontrolliert. Das sympathische Nervensystem aktiviert den Körper in Stress- oder Notfallsituationen, während das parasympathische Nervensystem für Entspannung und Erholung sorgt. Die Zusammenarbeit zwischen dem Zentralnervensystem und dem vegetativen Nervensystem erfolgt durch komplexe neuronale Verbindungen. Das Gehirn sendet ständig Signale an das vegetative Nervensystem, um die jeweils benötigte Reaktion auf Umweltbedingungen, Emotionen und innere Körperzustände zu steuern. Diese Signale können die Aktivität des sympathischen oder parasympathischen Nervensystems modulieren, um den Körper an die jeweiligen Anforderungen anzupassen.Ein Beispiel für diese Zusammenarbeit ist die Herzfrequenz. Das Zentralnervensystem empfängt Informationen über den Blutdruck und den Sauerstoffgehalt des Blutes und passt daraufhin die Aktivität des vegetativen Nervensystems an. Wenn das Gehirn Stress oder Anspannung wahrnimmt, kann es das sympathische Nervensystem aktivieren, was zu einer Erhöhung der Herzfrequenz führt. Umgekehrt kann in ruhigen Situationen das parasympathische Nervensystem aktiviert werden, um die Herzfrequenz zu senken. Insgesamt ermöglicht die enge Zusammenarbeit zwischen dem Zentralnervensystem und dem vegetativen Nervensystem dem Körper, auf wechselnde Bedingungen und Anforderungen angemessen zu reagieren und seine lebenswichtigen Funktionen aufrechtzuerhalten.

Zusammenfassung

Die Psychoanalyse und die psychoanalytische Psychotherapie und Verhaltenstherapie sind wichtige Ansätze zur Enthüllung der Ursachen infantiler destruktiver Verhaltensmuster. Diese Methoden helfen dabei, diese Verhaltensmuster sowie die ihnen zugrunde liegenden Ängste bewusst zu machen und zu korrigieren. Möller et al. (2005) betrachten strukturelle Ich-Schwächen als Ursache dieser Ängste. Bewältigungsstrategien sollen den Patienten helfen, diese Ängste zu überwinden. Betroffene sollen verstehen, dass ihre Ängste nicht allmächtig sind und sie ihnen nicht hilflos ausgeliefert sind. Sie müssen auch keine Angst vor der Aktivierung ihrer eigenen Abwehrmechanismen haben (ebd.).

Die Verwendung von Psychopharmaka, insbesondere von Antidepressiva wie selektiven Serotonin-Wiederaufnahme Hemmern (SSRIs) und anderen, hat sich als effektiv bei der

Behandlung erwiesen. Um das Risiko von Rückfällen zu minimieren, schlägt Andrawis A, (2018) vor, die Einnahme von Psychopharmaka auch nach einer definierten Zeitspanne fortzusetzen, beispielsweise über einen Zeitraum von einem Jahr hinaus (ebd.).

Literaturverzeichnis

Andrawis A, (2021) Dissertation, Ganzheitliche Medizin Heilung und Heil, an der Collegium Humanum – Warsaw Management University Univ.

Andrawis A, (2021): Humanmedizin und Psychotherapiewissenschaft, zwischen Theorie und Praxis, Eigenverlag.

Andrawis A, (2018): Psychoanalyse zur Überwindung, frühkindlicher Traumata zweijährige Patientenanalyse, von Jänner 2012 bis Februar 2014, Der verborgene Teil des Eisbergs Model Freud, 2.überarbeitete Auflage, Verlag Poligraf, Wydawnictwo, 2.überarbeitete Auflage, Poligraf sp. z o. o., ISBN: 978-3-9504659-0-4.

Andrawis A, (2018): Determinanten des Entscheidungsverhaltens, von Verdrängung Heilung, Glaube, zur Bedeutung der Aufdeckung frühkindlicher Verdrängungen, durch Psychoanalyse und im Zusammenhang mit christlicher Glaubenshaltung, Verlag Poligraf, Wydawnictwo Poligraf sp. z o.o., ul ISBN: 978-3-9504659-0-7.

Andrawis A, (2015): Der verborgene Teil des Eisbergs, Eine zweijährige Patientenanalyse von Jänner 2012 bis Februar 2014, 1. überarbeitete Auflage, Eigenverla.

Andrawis A, (2018): Psychosomatische Medizin und Psychotherapie, Verlag Poligraf, Wydawnictwo Poligraf sp. z o.o., ISBN: 978-3-9504659-2-1.

Andrawis A, (2018): Psychoneuroimmunologie PNI Komplementärmedizin, und Ganzheitliche Heilung, Verlag Poligraf, Wydawnictwo Poligraf sp. z o.o., ISBN: 978-3-9504659-3-8.

Andrawis A, (2013): Der verborgene Teil des Eisbergs. Eine zweijährige Patientenanalyse eigene verlag.

Bürgin D, Resch F, Schulte-Markwort M, (2009): Operationalisierte Psychodynamische Diagnostik OPD-2. Das Manual für Diagnostik und Therapieplanung, 2 überarbeitete Auflage Verlag Huber.

Dilling H, Mombour W, Schmidt M H, (2011): Internationale Klassifikation psychischer Störungen. ICD-10 Kapitel V (F). Klinisch-diagnostische Leitlinien, 8. überarb. Aufl., Verlag Hans Huber.

Kernberg O F (1998): Psychodynamische Therapie bei Borderline-Patienten, Verlag Hans Huber.

Mentzos S, (2010): Neurotische Konfliktverarbeitung. Einführung in die psychoanalytische Neurosenlehre unter Berücksichtigung neuer Perspektiven, Fischer-Verlag.

Möller H-J, Laux G, und Deisster A, (2010): MLP Duale Reihe Psychiatrie, Hippokrates Verlagl.

Möller H-J, Laux G, Deister A, (2014): Psychiatrie und Psychotherapie, 5. Aufl., Thieme Verlag.

Schuster P, Springer-Kremser M, (1997): Bausteine der Psychoanalyse. Eine Einführung in die Tiefenpsychologie, 4.Aufl., WUV-Universitätsverlag.

Schuster P, Springer-Kremser M, (1998): Anwendungen der Psychoanalyse. Gesundheit und Krankheit aus psychoanalytischer Sicht, 2. Überarbeite Auflage, WUV-Universitätsverlag.

Zepf S, (2000): Allgemeine psychoanalytische Neurosenlehre, Psychosomatik und Sozialpsychologie, Psychosozial-Verlag.

Andrawis Andrawis