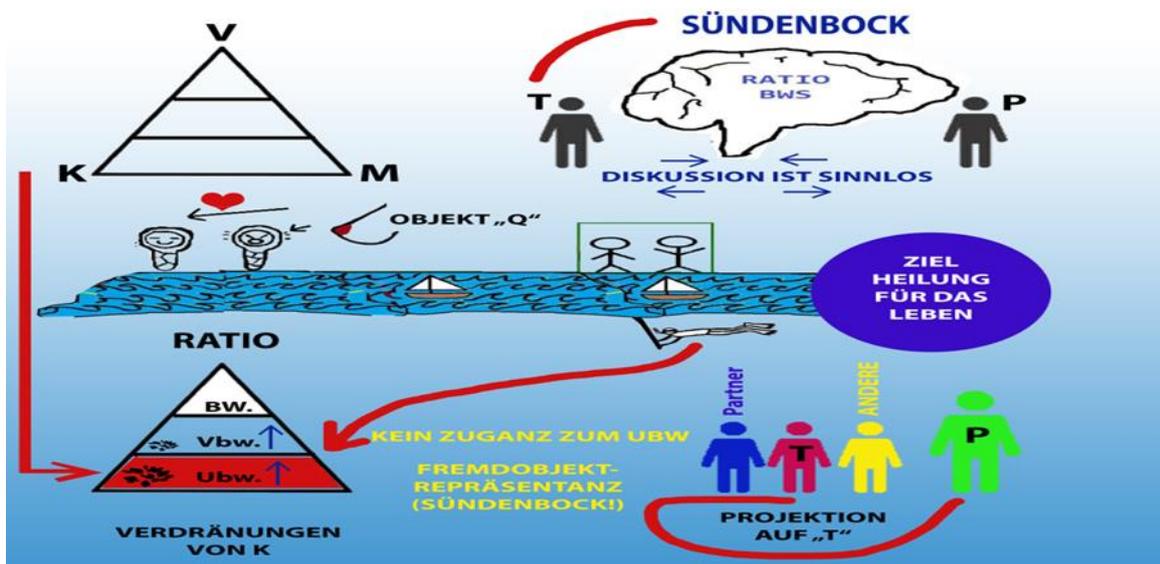




## 11 Frühkindliche Traumata

### und deren Auswirkung auf zwischenmenschliche Beziehungen



### Modell der Objektbeziehungstheorie

Abb. 1: Übernommen aus eigener Quelle: Andrawis A. (2018)

Wie in der Darstellung (Abb. 1) von Andrawis A. (2018) gezeigt wird, ist die Triangulierungsbeziehung zwischen Vater V, Kind K und Mutter M von herausragender Bedeutung. Diese Darstellung bezieht sich auf frühkindliche Traumata, die verdrängt wurden (das verdrängte Unbewusste V-UBW).

Die Verdrängungen entstehen aus Objektbeziehungskonflikten und den Verletzungen der Grundbedürfnisse des Kindes (siehe oben in der Darstellung auf Abb. 1 das weinende Kind). Der Persönlichkeitsstrukturmangel und destruktiv-infantile Verhaltensmuster des verdrängten

Unbewussten sind Ergebnisse frühkindlicher Traumata, insbesondere der Beziehung zwischen dem Kind, der Mutter und der Mutterbrust. Als Metapher dient hier die Mutterbrust als Quelle des Lebens für das Baby (Andrawis A., 2018).

### Konflikte der Objektbeziehung

Alles, was ein neugeborenes Kind braucht, ist Liebe! Ein neugeborenes Kind benötigt grundlegende Bedürfnisse wie "Liebe", Wärme, Geborgenheit und Nahrung. Diese sind die wichtigsten existentiellen Grundlagen für das Überleben des Kleinkindes. Wenn diese Grundbedürfnisse nicht erfüllt werden, ist dies der Grund für das Schreien des Kindes.

Weitere Ursachen für das Unbehagen des Kleinkindes können sein: die Geburt an sich und die Trennung von der Nabelschnur zwischen Kind und Mutter. Beide Ereignisse gelten als Traumata für das Kind. Nach der Geburt erhält das Neugeborene eine andere Form der Nahrung. Dies führt zur Entstehung von Blähungen im Verdauungstrakt sowie zu einem schmerzhaften Druck im Abdomen. Der Magen des Kindes ist klein, wodurch das Kind schnell hungrig und weinerlich wird. Sein Unbehagen äußert sich in Schreien.

Ein saures Milieu, das Schmerzen verursacht und Hautrötungen hervorruft, ist das Ausgangsprodukt. Auch verschiedene Erkrankungen können vom Kind als Trauma erlebt werden. Die Welt des Kindes bricht zusammen, weil es rational nicht verstehen kann, und es entwickelt ein Gefühl des Nicht-Geliebt- und Geschätzt Werdens. Das Neugeborene fällt so in die Rolle der Ohnmacht. Somit sind Urvertrauen und Ur-liebe des Kindes verletzt worden (ebd.).

Daraus resultieren frühkindliche Traumata, die ins Unbewusste verdrängt worden sind. Das beschreibe ich mit der Metapher "die Grabkammer des Unbewussten". Die Traumata werden in der Grabkammer gelagert und manifestieren sich im weiteren Verlauf des Lebens. Daraus entwickeln sich pathologische Symptome, die einen Einfluss auf das destruktiv-infantile Verhaltensmuster des Unbewussten (UBW) haben. Diese spielen in zwischenmenschlichen Beziehungen eine wichtige Rolle. Wenn die Symptome nicht aufgedeckt und behandelt werden, dann chronifizieren sie sich. Die frühkindlichen Traumata, die verdrängt worden sind, führen dazu, dass sich das Kind ausgeliefert fühlt. Daraus entstehen Affekte, Persönlichkeitsentwicklungsstörungen, eine Ich-Schwäche, ein Unsicherheitsgefühl und Minderwertigkeitskomplexe.

Das 3-Instanzenmodell von Freud S., (1923) fungiert als "psychischer Apparat", um diese Zusammenhänge zu beschreiben. Es besteht aus dem ICH, dem ES und dem Über-ICH. Das ICH gilt als Vermittler zwischen dem ES, dem Über-ICH und der Außenwelt (Lyon G., o. A.). Das ES bezeichnet die in der "Grabkammer des Unbewussten" gelagerten Traumata, dazu zählen auch genetische Veranlagungen. Das Über-Ich beschreibt Dinge, die für den Betroffenen als unüberwindbar scheinen. Dadurch fühlen sie sich ohnmächtig und hilflos ausgeliefert. Genau das ist das von Sigmund Freud beschriebene Erbe des Ödipal- und Ödipuskomplexes. Aus psychoanalytischer Sicht beinhaltet das Über-ICH auch die prä-ödipale Stufe, das frühkindliche Trauma an der Mutterbrust. Durch das Über-ICH entstehen verschiedene Störungsbilder, die aufrechterhalten werden (Andrawis A, 2018).

Wenn Urvertrauen und Ur liebe verletzt worden sind, werden pathologische Symptome in Form von Misstrauen, Entwertung und anderen psychischen Konflikten hervorgerufen. Die Angst überflutet das Kind, wenn auch nur für einen Augenblick die Hilfe ausbleibt. Dabei entstehen dann Angstsymptome. Hier spielen für die Persönlichkeitsentwicklung der primäre ödipale Komplex (das frühkindliche Trauma an der Mutterbrust) und der sekundäre ödipale Komplex (spätkindlich bis zum Jugendalter) eine wesentliche Rolle. Verschiedene Persönlichkeits- und Verhaltensstörungen sind die Folge.

Die frühen kindlichen Traumata wird als Ursachen für neurotische Übertragungsphänomene sehen, die als Projektionen von einem Menschen auf andere Menschen übertragen werden. Diese Phänomene haben einen negativen und destruktiven Einfluss auf gesunde zwischenmenschliche Beziehungen. Wenn ein Mensch auf jemand anderen projiziert, ist ihm dies nicht bewusst und der Betroffene fühlt sich dadurch ungerecht behandelt. Dieses Ereignis kann schnell zu sadomasochistischen Verhaltensweisen von beiden Seiten führen. Daraus ergibt sich die Gefahr einer Dysfunktionalität zwischenmenschlicher Beziehungen. Das bedeutet, dass die Kommunikation und die Empathie aus dem Gleichgewicht geraten sind. Ungelöste Konflikte und Trennungen sind die Folge (ebd.).

Diese Handlungsweisen spielen sich im Bereich der Ratio ab, der Spitze des Eisbergs in Freuds Metapher. Die Spitze des Eisbergs meint dabei die bewusste Ebene. Betroffene vergessen, dass der Grund des Übels in frühkindlichen Traumata des Unbewussten liegt. Grundsätzlich kommuniziert das Unbewusste nicht mit dem Bewussten, wodurch zwischenmenschliche Konflikte entstehen. Dies spiegelt sich leider auch in der Weltpolitik wider, die von Angst und

Misstrauen in Form von militärischem Wettrüsten oder der Entwicklung anderer hochtechnologischer Kriegswerkzeuge geprägt ist, wodurch sich Menschen gegenseitig vernichten können. Soldaten stehen so anderen Soldaten im Krieg gegenüber und bekämpfen sich bis zum Tode. Für jeden gefallenen Soldaten leiden Familien, Kinder und Freunde.

Die Erfahrungen in der Vergangenheit haben gezeigt, dass bei existenzieller Bedrohung Zukunftsängste und paranoide Phänomene, durch neurotische Massendynamik unterstützt, zum Ersten und Zweiten Weltkrieg geführt haben. Die wegen Kriegstraumata entstandenen endogenen Erkrankungen wie Depressionen und Angststörungen werden in den Genen gespeichert und weitervererbt und können sich deshalb epidemiologisch ausweiten (ebd.).

Ich weise auf die empirische Datenerhebung und das Forschungsergebnis meiner Dissertation hin (Andrawis A, 2018 vergl. Anhang 1, Frage 25), die zeigt, dass zwischenmenschliche Beziehungen sich nach der Überwindung von frühkindlich verdrängten Traumata verbessern können. Die fast ausschließlich positiven Antworten von 105 Personen führen zu einer Verbesserung der Kommunikation sowie zu einem besseren Umgang miteinander. Es wird ein unbelasteter Neuanfang ermöglicht, wodurch ein Leben mit und füreinander in Frieden und ohne Krieg gewährleistet werden kann (Andrawis A, 2018).

Frieden in der Welt kann durch gesunde Kommunikation geschehen. Unsere "Muttererde" sollte nicht ständig mit atomaren Waffen bombardiert werden. Die Weltmächte behaupten zum Beispiel, dass sie nach Wasser im Weltall suchen, da ihrer Meinung nach auf der Erde nicht genügend Bodenschätze vorhanden sind. Natürlich ist diese Behauptung nicht richtig. Auf unserem Planeten gibt es genug Ressourcen und auch mehr Wasser als Trockenböden, um Grundbedürfnisse der Menschen decken zu können. Die Weltmächte und globalen Akteure sollten ihre Energien für die Suche nach Wasser und Bodenschätzen von All auf die Erde verlegen. Jede Mission im Weltall kostet die Welt Milliarden von Euro oder Dollar.

Das ist ein großer Verlust an Ressourcen, die wir aber benötigen, um die Mutter Erde zu erhalten und nicht genügend benutzte Flächen zu nutzen. In der Welt sollte es genügend Nahrung geben und eine erfüllende Beschäftigung vorhanden sein, damit Frieden garantiert werden kann (ebd.).

## Ein positives Weltprojekt

Im Namen des Friedens und im Sinne des Projekts rufe ich die Weltmächte und die globalen Akteure dazu auf, mit ihren "paranoiden destruktiven Verhaltensmustern", wie der Aufrüstung, aufzuhören, weil dabei nur die Angst im Vordergrund steht. Stattdessen sollte Vertrauen aufeinander und füreinander aufgebaut werden. "Leben ohne Angst", Heilung durch Hoffnung, Glaube und Liebe sollen an oberster Stelle jeder zwischenmenschlichen Beziehung stehen. Es geht hier nicht um eine Idealisierung, sondern um eine konkrete und mögliche Umsetzung einer positiven Einstellung zum Leben und zu den Mitmenschen. Diese Überzeugung und unerschütterliche Hoffnung werden zur Zufriedenheit in der Welt und zum Frieden führen. Projekte wie die Wüstenbegrünung der Sahara sollten im Sinne der Gemeinschaft und einer gegenseitigen globalen Hilfe umgesetzt und unterstützt werden. Solche Projekte würden außerdem genügend Arbeitsplätze schaffen, wodurch die Grundbedürfnisse der Menschen erfüllt werden können (Andrawis A, 2018).

## Die Mutter Erde besitzt genügend Energie und Ressourcen

Die tropischen Länder besitzen genügend Sonne und Licht! Die Weltmächte müssen sich engagieren und eine "globale Solaranlage" bauen. Man kann sich das Klima zu eigen machen und es nutzen, um Energie zu gewinnen. Diese Energie ermöglicht es durch neue Agrartechnologien trockene Böden zu bewässern und zu begrünen, sodass die Grundbedürfnisse des Menschen gedeckt sind. Viele Ressourcen wurden bisher kaum genutzt. Auch Soldaten können zu Soldaten des Friedens werden und zum Gemeinwohl beitragen, Kriegsschiffe können in normale Transportschiffe umgewandelt werden usw. Solche Ideen sind auf diplomatischer Ebene zu verhandeln, um einen Weltfrieden gewährleisten zu können (Andrawis A, 2018).

## Metapher des - Eisberg-Modells

Die Metapher des "Eisberg-Modells", das als topologisches Modell den "menschlichen Ort der Psyche" darstellt und von Freud entwickelt wurde, besteht aus drei verschiedenen Bereichen: dem Bewusstsein (BW), dem Vorbewusstsein (VBW) und dem Unbewussten (UBW). Das

Bewusstsein ist im Modell nach Sigmund Freud die Spitze des Eisbergs (Ruch Z, 1974 S. 366), eine Ebene, die wir Menschen mit unserer Wahrnehmung und den Sinnen erfassen können. Wir können spüren, dass Gefühle wahrgenommen werden. Das UBW beschreibt die verdrängten Traumata, die als seelisches Leid des UBW bezeichnet werden können. Es bezieht sich nicht auf die bewussten Inhalte der menschlichen Ratio (des "ICHs"). Aus psychoanalytischer Sicht ist das UBW die Ebene, auf der Menschen ihre Wahrnehmung, ihre Emotionen und jegliche Art von zwischenmenschlichen Beziehungen nicht bewusst begreifen können (Andrawis A, 2018).

Wenn wir uns der Wahrnehmungen bewusst machen, haben wir Zugang zum Verstehen und zur Interpretation. Das Bewusstsein setzt sich aus Gedanken und Wertvorstellungen zusammen, wie wir über etwas nachdenken. Was wahrgenommen wird, befindet sich in der Bewusstseins Ebene. Im Vergleich dazu ist das UBW jener Bereich der Erinnerungen, die sich nicht im BW befinden, sondern verdrängt worden sind. Es umfasst Bereiche des menschlichen psychischen Apparats, die bis jetzt noch nicht im Bewusstsein verarbeitet werden können. Im UBW herrscht ein destruktives infantiles Verhaltensmuster, das man als psychische Arbeitsprozesse beschreiben kann. Im UBW befinden sich die verdrängten frühen kindlichen Traumata, die nie aufgedeckt bzw. bewusst gemacht wurden. Das verdrängte Unbewusste ist uns weder bewusst noch zugänglich, und es besteht keine Kommunikation zwischen Bewusstsein und dem Unbewussten. Das Unbewusste lässt sich gut mit einer Metapher beschreiben. Ich sehe das UBW als eine Grabkammer oder eine Depotkammer, wo alle Verdrängungen ("ES"), weitere Verletzungen und Erbitterungen, die niemals aufgedeckt bzw. verarbeitet wurden, gelagert werden. Das "ES" bildet bei Freud die Basis des Eisberg-Modells. Es beschreibt das in der Tiefe liegende unsichtbare und verborgene (ebd.).

Beim UBW spielen Abwehrmechanismen und Widerstand eine große Rolle. Die verdrängten Erinnerungen und Inhalte kann man aber unter Anwendung der Kunst/Techniken der Psychoanalyse aufdecken und ins Bewusstsein holen, damit ihre Auswirkungen verstanden und verarbeitet werden können (Andrawis A, 2018).

Zwischen dem Bewusstsein und dem Unbewussten sehe ich auch noch das Vorbewusstsein (VBW). So habe ich jenen Bereich bezeichnet, in dem Verhaltensmuster jederzeit ins Bewusstsein gerufen werden können oder auch nicht. Das sind Erinnerungen, die abrufbar oder in Vergessenheit geraten sind. Es ist eine Denkweise zwischen BW und UBW. Das VBW ist

etwas, in dem Gedanken gelagert sind und "schweben". Es sind Gedanken, an die wir uns nicht erinnern können. Es liegt zwischen dem Bewusstsein und dem Unbewussten. Versucht man nun das Unbewusste aufzudecken, steht Angst im Vordergrund, da sie uns vor der schmerzhaften Aufdeckung schützen will und uns deshalb den Weg zum Unbewussten versperrt (Freud S, 1912, in Nagera H, 2007). Jegliches Verhalten aus dem verdrängten Unbewussten ist für das Gegenüber negativ besetzt, sodass jegliche zwischenmenschliche Beziehung durch Missverständnisse, Misstrauen, Hass, Verachtung, Neid und Eifersucht geprägt ist. Dadurch entsteht ein "Gegeneinander" anstatt eines "Mit- und Füreinander". All diese negativen Eigenschaften des verdrängten Unbewussten kann man mit der Metapher "Vernichtungsmaschine" beschreiben, die sich gegen jegliche Beziehung richtet (Andrawis A, 2018).

Menschen, die dieses Verhalten zeigen, sind ihre Verhaltensmuster weder bewusst noch zugänglich, weil sie keinen Zugang zu ihrem Unbewussten finden.

Für die zwischenmenschliche Kommunikation bedeutet dies, dass die Beziehung durch Affekte bedroht wird und so zwischenmenschliche Beziehungen zugrunde gehen müssen. In einem größeren Rahmen können auch Kriege dadurch erklärt werden. Man kann dies am aktuellen Beispiel des religiösen Fanatismus erläutern: Religiöse Fanatiker zeigen nach außen gerichtet ein paranoides Verhalten. Aufgrund der Affekte des Unbewussten können die innerliche und äußerliche Welt nicht mehr miteinander kommunizieren (Andrawis A, 2018).

Wenn man dieses destruktiv-infantile Verhaltensmuster in der Welt verändern will, so stellt sich die Frage, wie man einen solchen Zustand herbeiführen kann. Hier muss bei einem selbst angesetzt werden: Die Bereitschaft zur kritischen Selbstreflexion ist Voraussetzung. Der Wille, die eigene "Grabkammer" zu räumen (Therapie) oder sich darüber Gedanken zu machen und sich mit diesem Thema auseinanderzusetzen, kann ein Antrieb sein. Die Bereitschaft zum Aufdecken meines Unbewussten muss vorhanden sein, um destruktiv-infantile Verhaltensmuster zu erkennen, die sich in verschiedenen Situationen als Syndrom bzw. Symptom im Unbewussten manifestieren (ebd.).

Aus dem Depot der Grabkammer werden Verhaltensmuster etabliert, die unbewusst sind und auch nach außen destruktiv in Form von neurotischen Übertragungen wirken. Diese haben einen negativen Einfluss auf zwischenmenschliche Beziehungen. Bei der Therapie und dem therapeutischen Prozessverlauf besteht die Chance, diese Muster aufzudecken. Dies geschieht

durch die Rekonstruktion der Biographie der Patienten und deren intrapsychischen Zustände. Hier spielt die "Deutungssprache" des Therapeuten eine große Rolle. Das therapeutische Ziel ist es, das Unbewusste auf die Ebene des Bewusstseins zu heben, das Unbewusste zu thematisieren und therapeutische Ziele durch die neuen Erkenntnisse achtsam in die Tat umzusetzen (ebd.).

### Die Deutungssprache basiert auf drei Schritten

1. Rekonstruktion aus der biographischen Anamnese des Patienten bzw. der Eltern und Großeltern. Wichtig ist hier, genetische Dispositionen zu erfassen.
2. Die 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.

### Erkenntnisse für Leben, Lebensqualität und Gesundheit als therapeutische Ziele

Das Ergebnis daraus soll die Verbesserung der sozialen Kompetenzen und die Neustrukturierung des Umfeldes sein. Wichtig ist die Bewusstmachung und das Wiedererleben des inzwischen unbewussten ursprünglichen Konflikts im Rahmen eines Übertragungsprozesses. Das bedeutet, dass verdrängte Gefühle, Affekte und das kindliche Erleben unbewusst auf den Therapeuten übertragen und reaktiviert werden. Um die kindlichen Bedürfnisse zu befriedigen, wird oft erwartet, dass der Therapeut dann gewisse Rollen erfüllen soll (z. B.: Idealvaterfigur, eine liebende Mutter usw.). Über eine "Nachreifung" des Ichs und die Entwicklung optimaler Konfliktlösungen sollen die Ursachen überwunden werden.

Weitere Ziele sind der Aufbau eines tragfesten psychischen Zustands, tragfähige stabile zwischenmenschliche Beziehungen sowie einer Partnerbeziehung und in weiterer Folge die Wiedererlangung der sozialen Fertigkeiten. Vom Therapeuten wird ebenso geholfen beim Aufbau von Selbsthilfekompetenzen durch Reflexion der Ereignisse (inkl. Selbstwertförderungen). Eine Rekonstruktion der Biographie, die zur Entstehung unbewusster

Verdrängungen führt, ist elementar und Teil der oben genannten Deutungssprache. Dem Patienten wird bewusst gemacht, dass es wichtig ist für die eigene Gesundheit zu sorgen und lebenswichtige persönliche Bedürfnisse zu erfüllen sowie realistische berufliche Perspektiven zu entwickeln.

### Man kann sich diesen ganzen Prozess auch folgendermaßen vorstellen

Im therapeutischen Prozess fungiert der Therapeut als Taucher in einem Ozean (der Ozean ist zu verstehen als Seele in ihrer Tiefe des Unbewussten). Das eröffnet einen Zugang zum Unbewussten und hebt nacheinander einzelne verborgene Verdrängungen aus diesem über das Vorbewusste (VBW) ins Bewusstsein (BW).

Deutet der Therapeut den 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. Das ist auf einen Widerstand zurückzuführen. Damit dies nicht passiert, bedarf es der Bewusstmachung durch die Deutungssprache. Dadurch wird das Aufgedeckte gesichert und fällt nicht wieder ins Unbewusste zurück. Werden die Inhalte auf die Bewusstseinssebene gehoben, gelingt die Überwindung der Traumata. Nach der Verinnerlichung sollen die Erkenntnisse in die Tat umgesetzt werden. 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.

Können Störungen und Symptome behoben werden, wird damit gleichzeitig auch an anderen Themen gearbeitet. Unsicherheitsgefühle, schwacher Selbstwert, Minderwertigkeitskomplexe und Angst sollen vergehen und die Ich-Stärke wachsen. Dies führt zur Entlastung zwischenmenschlicher Beziehungen, wirksamer Kommunikation und einem harmonischen Miteinander.

Zusammenleben. Eine gesunde Kommunikation stellt sich ein. Gespräche sind nun durch Klarheit und Zielgerichtetheit gekennzeichnet.

Schwierigkeiten, denen man im therapeutischen Prozessverlauf begegnet, sind die unbewusste Abwehr und der Widerstand des Patienten. Bekommt der Betroffene Angst, werden die Mechanismen der unbewussten Abwehr aktiviert. Das wirkt wiederum den therapeutischen Zielen entgegen und ist kontraproduktiv. Dabei handelt es sich in Wirklichkeit um neurotische Übertragungsphänomene, die sich als Projektionen äußern. Diese neurotischen Projektionen können als destruktive infantile (kindliche) Verhaltensmuster verstanden werden, die alle zwischenmenschlichen Beziehungen schädigen und sich sowohl sadistisch auf andere beziehen als auch sadomasochistisch auf sich selbst gerichtet sind. Für die Überwindung spielen das Urvertrauen und die Ur-Liebe eine große Rolle. Das wird durch eine tragfähige Beziehung zwischen dem Therapeuten und Patienten entwickelt.

Wenn dieses Urvertrauen und diese Ur-Liebe aus biografischen Gründen eines frühen Ödipal-Komplexes verletzt worden sind, regrediert damit der psychische Zustand. Das bedeutet, dass der Patient auf die frühkindliche Entwicklungsstufe zurückfällt. Hier bedarf es einer Rekonstruktion aus der Biografie des Patienten im Zusammenhang mit dem intrapsychischen Zustand. Daraus ergibt sich die Psycho-Dynamik (ebd.).

## Regression

Die Regression wird von Freud als Abwehrmechanismus definiert, der die Neurose stärkt. Sie bedeutet sowohl das Zurückschreiten und Zurückgreifen im Sinne einer Rückbildung als Atrophie und Degeneration als auch das Zurückgreifen auf frühere Entwicklungsphasen. Sie kann auch das Bestreben danach darstellen, ein Kind bleiben zu wollen. In der Einbildung kann die Regression immer wieder unbewusst verwendet werden, um eine Schwierigkeit zu bewältigen. Diese Verhaltensweise wird als Abwehrmechanismus beschrieben. Die Regression dient dazu, die mit dem Scheitern verbundenen Schuld-, Angst- und Minderwertigkeitsgefühle nicht ins Bewusstsein kommen zu lassen. Angstbewältigung und Trieb-Impuls-Abwehr werden durch zeitweiligen Rückzug auf eine frühkindliche Entwicklungsstufe angestrebt. Kindische Ersatzhandlungen überdecken die bewusste Wahrnehmung und erleichtern die Abwehrmechanismen (ebd.).

Auseinandersetzung mit belastenden Inhalten, wie dem Griff nach Zigaretten, Alkohol oder Drogen, um der Realität zu entfliehen. Einfache primitive Reaktionen zeigen sich in Form von Weinerlichkeit, Trotzverhalten und Krankheit (ebd.).

## Projektion

Die Projektion ist jedes unbewusste, destruktive, infantile Verhaltensmuster, das nach außen getragen wird. Alle negativen Eigenschaften, die ein Mensch mit sich trägt, werden auf den Mitmenschen projiziert. Es liegt eine Selbsttäuschung vor. Man sieht den anderen nicht so, wie er ist, sondern so, wie man ihn haben möchte. Der Betroffene fühlt sich ungerecht behandelt. Dabei steht "Ungerechtigkeit" als Defizit (Mangel) im Raum.

Man kann Projektion sowohl als einen normalen psychischen Vorgang als auch einen komplexen Abwehrmechanismus verstehen. Sie hat mit der Introjektion eine gemeinsame Entwicklung und bezeichnet in ihrer pathologischen Bedeutung eine Externalisierung in Form der Verlagerung nach außen. Bei der Introjektion geht es um äußere negative Faktoren wie fremde Anschauungen, Äußerungen oder Motive, die verinnerlicht und aufgenommen werden.

Die Projektion kann man mit Aberglauben vergleichen, z.B.: Dinge, die man an sich selbst nicht mag, projiziert man auf den Anderen. Die Fremdobjektrepräsentanz basiert auf Traumata, die in der Kindheit passiert sind. Eine bestimmte Person wird als Repräsentant des Sündenbocks betrachtet. Die Entstehung menschlicher Konflikte und der Versuch, diesen Konflikt zu lösen, werden durch das Vorhandensein von Projektionen immer scheitern. Warum? Diskussionen und Interpretationen entstehen aus unserem Verständnis, unserer Ratio/Bewusstsein. In zwischenmenschlichen Konflikten entsteht ein Missverständnis, weil wir durch die Ratio kommunizieren, während der Grund des Konflikts meistens in verdrängten Traumata des Unbewussten liegt. Wir wissen jetzt, dass das Bewusstsein und das Unbewusste nicht miteinander kommunizieren. Die Deutungssprache hilft uns dabei, das Unbewusste aufzudecken und ins Bewusste zu holen.

## Literaturverzeichnis

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

Andrawis A (2018): Humanmedizin und Psychotherapiewissenschaft, zwischen Theorie und Praxis, Eigenverlag.

Andrawis A (2018): Psychoanalyse zur Überwindung frühkindlicher Traumata - Eine zweijährige Patientenanalyse von Jänner 2012 bis Februar 2014, Der verborgene Teil des Eisbergs Modell Freud, 2. überarbeitete Auflage, Verlag Poligraf, Wydawnictwo, 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., 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, Eigenverlag

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, Eigenverlag

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. überarbeitete Auflage, 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 Deister A (2010): MLP Duale Reihe Psychiatrie, Hippokrates Verlag

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

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

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

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

Andrawis A, 2019