



22 Verdrängtes Unbewusstes - Frühkindliche verdrängte Traumata

So wie Andrawis A, (2018) beschrieben hat, können alle frühkindlichen Traumata, die verdrängt wurden und nicht aufgearbeitet werden konnten, als "verdrängtes Unbewusstes" verstanden werden. Psychische Veränderungen dieser Art korrelieren außerdem mit pathologischen Symptomen. Das verdrängte Unbewusste kann als destruktives infantiles Verhaltensmuster bezeichnet werden und zeigt sich in Form von neurotischen Übertragungsphänomenen. Diese Phänomene können sich außerdem in Projektionen äußern, die zwischenmenschliche Beziehungen erschweren. Sofern Traumata des "verdrängten Unbewussten" überwunden werden konnten, transformieren sich zwischenmenschliche Beziehungen von destruktiv-infantilen Verhaltensmustern zu gesunden, stabilen, tragfähigen Beziehungen, die ein gelungenes Zusammenleben für und miteinander ermöglichen. In der Psychoanalyse beschreibt Triangulierung die psychische Entwicklung des Kindes vom engen Zweierverhältnis (Dyade) mit der Mutter hin zu einer Dreierbeziehung (Triade), bei der der Vater als „Dritter“ eine zentrale Rolle spielt. Diese Entwicklung ist ein wesentlicher Bestandteil der Ablösung, Identitätsbildung und inneren Reifung des Kindes.

Grundgedanke

Das Kind ist zunächst in einer intensiven, emotional oft symbiotischen Beziehung zur Mutter. Durch das Hinzutreten des Vaters – oder einer dritten Bezugsperson – entsteht eine trianguläre Struktur, die neue Perspektiven ermöglicht und psychische Entwicklung fördert.

Funktionen der Triangulierung

Ablösung von der Mutter: Der Vater fungiert als Dritter, der Distanz zur Mutter schafft, ohne sie komplett aufgeben zu müssen. So wird Individuation möglich.

Ödipus Konflikt

In der ödipalen Phase begehrt der Sohn (bzw. die Tochter in Bezug auf den Vater) den gegengeschlechtlichen Elternteil und erlebt den gleichgeschlechtlichen als Rivalen. Durch die Identifikation mit dem Rivalen (z. B. der Vater) wird der Konflikt aufgelöst – ein klassisches Beispiel für Triangulierung. Bildung innerer Strukturen: Durch den Einbezug des „Dritten“ lernt das Kind, ambivalente Gefühle zu ertragen (z. B. Liebe und Aggression gegenüber derselben Person), Perspektivwechsel vorzunehmen und ein differenziertes Selbstbild zu entwickeln. Verinnerlichung von Beziehungsmustern: Das Kind integriert nicht nur seine Beziehung zur Mutter und zum Vater, sondern auch die Beziehung der Eltern zueinander – also drei „ganze“ Objektbeziehungen.

Fehlende oder gestörte Triangulierung

Wenn diese Entwicklung nicht gelingt (z. B. durch das Fehlen eines realen oder symbolischen Dritten), kann es zu Problemen in der Autonomieentwicklung, in Beziehungen oder in der Fähigkeit zur Konfliktverarbeitung kommen.

Erweiterte Sichtweisen

Moderne Objektbeziehungstheoretiker (z. B. Melanie Klein, Otto Kernberg) gehen davon aus, dass Triangulierung nicht erst im Ödipuskonflikt beginnt, sondern bereits sehr früh (präödipal) wirksam ist. Manche sehen die Fähigkeit zur Triangulierung sogar als angeboren an.

(Andrawis A, 2018).

Inwiefern wirkt sich das Unbewusste negativ auf unser Verhalten aus

Das frühkindlich-verdrängte Unbewusste ist uns Menschen nicht zugänglich. Es besteht keine Kommunikation zwischen unserem Bewusstsein und unserem verdrängten Unbewussten (ebd.). Das Bewusstsein ist alles, was wir begreifen können und wurde in dieser Form von Sigmund Freud im "Eisbergmodell" dargestellt. Das Verhältnis des Bewusstseins zum Unbewussten wurde anhand eines Eisberges erklärt, auf den Nagera (2007) Bezug nimmt. Nur

die Spitze dieses Berges, ein kleiner Teil, ist sichtbar. Und nur diesen Teil, das Bewusstsein, können wir auch begreifen (Freud S. 1912, in Nagera 2007).

Laut dem Autor (Andrawis A, 2018) lässt sich das verdrängte Unbewusste auch mit der Metapher einer Grabkammer, in der die Traumata gelagert sind, vergleichen. Angst will vor der schmerzhaften Aufdeckung schützen, deshalb ist der Weg zum Unbewussten versperrt. Die betroffenen Menschen leiden, und das wirkt sich belastend auf das menschliche Miteinander aus (Andrawis A, 2018).

Unseren Begriff "Unbewusstes" gewinnen wir also aus der Lehre von der Verdrängung. Das Verdrängte ist uns das Vorbild des Unbewussten. Wir sehen jedoch, dass wir zweierlei Unbewusstes haben: das Latente, doch bewusstseinsfähige, und das Verdrängte, an sich nicht bewusstseinsfähige (ebd.).

Für zwischenmenschliche Kommunikation bedeutet dies, dass die Beziehung durch Affekte bedroht wird und zugrunde geht. Aufgrund der Affekte des Verdrängten-Unbewussten findet kein Austausch zwischen der innerlichen und der äußerlichen Welt des Unbewussten statt. Das bedeutet, dass das Unbewusste nicht mit dem Bewussten kommuniziert. Dadurch entsteht eine Dysfunktionalität der Kommunikation in zwischenmenschlichen Beziehungen. Daraus resultieren Trennungen, Scheidungen und Unzufriedenheit. 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 hin paranoides Verhalten, und aufgrund der Affekte des Unbewussten können die innerliche und die äußerliche Welt nicht miteinander kommunizieren. Um ein gesundes Miteinander zu ermöglichen, ist die Überwindung dieses Zustandes unerlässlich.

Demjenigen, der dieses destruktiv-infantile Verhaltensmuster zeigt, ist dies jedoch weder bewusst, noch zugänglich. Das heißt, negatives Verhaltensmuster werden als solches vom Betroffenen nicht wahrgenommen und nicht begriffen. Jegliches Verhalten aus dem Unbewussten ist für den anderen Menschen negativ besetzt, so negativ, dass dadurch zwischenmenschliche Beziehungen zu Grunde gehen. Es ist störend für zwischenmenschliche Beziehungen und entsteht durch frühkindliche Verdrängungen Missverständnisse, Misstrauen, Hass, Verachtung, Neid und Eifersucht und ein "Gegeneinander".

All diese negativen Eigenschaften können in Form einer Metapher mit einer "Vernichtungsmaschine" beschrieben werden. Sie bezeichnet das verdrängte Unbewusste (VUW), dass sich gegen jegliche Beziehung, insbesondere zwischenmenschliche Beziehungen, richtet. Wenn die Vernichtungsmaschine (das V-UW) überwunden ist, transformiert sich das Leben und die Menschheit vom Krieg, Hass und der Trennung hin zum Frieden, zur Liebe und letztendlich zum gesunden Zusammenleben füreinander und miteinander.

Laut Andrawis (2018) äußert sich das Verdrängte-Unbewusste in Verhaltensmustern, unter denen Beziehungen leiden oder sogar zu Trennungen und Scheidungen führen können. Hierbei findet sich folgendes Dilemma: Jeder Mensch will Gutes für seine Beziehung tun, doch fühlt er sich von seinem verdrängten Unbewussten blockiert. Gesunde Handlungen dieser Art werden dadurch weitgehend unmöglich gemacht (ebd.).

Zwischenmenschliche Beziehungen

Der Autor weist darauf hin, dass das Leben in guten Beziehungen ein biologischer Gesundheitsfaktor ist. All unsere Erfahrungen, alles was wir lernen und erleben, wird durch zwischenmenschliche Beziehungen geprägt.

Alle Beziehungen werden im Nervenzellennetzwerk gespeichert. Seelisches Fühlen und geistiges Tun werden in den Organismen verarbeitet und entweder als körperlicher Niederschlag oder als seelische Befreiung erlebt. Bei Dysfunktionalität einer zwischenmenschlichen Beziehung wird das Krankheitsrisiko erhöht.

Gesellschaftlicher Leistungsdruck, Partnerschaftskonflikte sowie Konflikte in der Familie und am Arbeitsplatz führen zu Alarmreaktionen des Körpers (Andrawis, 2018). Alle diese Formen von Druck führen zum Gegendruck, ähnlich wie ein physikalisches Gesetz, und erzeugen daher Stress, der vegetativ gesteuert wird. Dadurch gelangen Stresshormone wie Adrenalin und Cortisol in die Blutbahn. Dadurch entsteht ein höheres Hormonkonzentrat, das negativ auf den Organismus und insbesondere auf Gehirnbotenstoffe (die Neurotransmitter NTM) wirkt. Die Gedächtniszellen werden dadurch blockiert, und die NTM verursachen Dysfunktionalität in der

physiologischen Gehirnzusammenarbeit und beeinflussen ebenfalls die Entstehung von psychosomatischen Störungen.

Destruktiv-Infantiles Verhaltensmuster

Lösungsansätze zur Überwindung destruktiv-infantiler Verhaltensmuster finden sich beim Autor in der Auseinandersetzung mit dem eigenen Unbewussten und dessen Überwindung. Wichtig ist darüber hinaus der Wille des Patienten, etwas zu verändern, und die Bereitschaft, sich kritisch und durch Selbstreflexion mit sich auseinanderzusetzen.

Wie bereits erwähnt wurde, kann man sich das Verdrängte-Unbewusste als Metapher in Form einer „Grabkammer“ vorstellen, in der alle verdrängten Traumata lagern. In Bezug auf die Grabkammermetapher erläutert Andrawis (2018), dass sich aus diesem Depot vorerst unbewusste Verhaltensmuster etablieren, die sich in der Außenwelt bemerkbar machen. Diese nach außen getragenen Muster werden in der Psychoanalyse als neurotische Übertragungsphänomene bezeichnet, die in Form von Projektionen in verschiedensten Situationen als Syndrome auftreten und als neurotische Übertragung verstanden werden.

Phänomene dieser Art haben einen negativen Einfluss auf zwischenmenschliche Beziehungen und korrelieren mit Persönlichkeitsstörungen, insbesondere mit der Borderline-Typ-Persönlichkeitsstörung (BPS) (ebd.).

Laut Definition des ICD-10 Kapitel V. (F) F60.31 und DSM-5 Code 301.83 wird nahegelegt, dass die Betroffenen durch diese Symptome Störungen im Verhalten und auch in zwischenmenschlichen Beziehungen aufweisen. Jedoch können psychiatrische und psychoanalytische Methoden unter Einfluss der persönlichen Glaubenshaltung eine große Rolle beim Heilungsprozess spielen (Dilling et al., 2011).

Überwindung des Verdrängten-Unbewussten

Um die Überwindung des Verdrängten Unbewussten zu schaffen, muss eine Therapie angewendet werden. Bei der Therapie und dem therapeutischen Prozessverlauf besteht die

Chance, diese Verdrängungen aufzudecken und zu überwinden. Um Heilung zu erlangen, ist es wichtig, dass die Betroffenen therapiert werden wollen und eine Heilung, verbunden mit einem positiven Therapieverlauf, für möglich gehalten wird.

Um eine gelungene Psychotherapie zu erzielen, ist die Beziehung zwischen Patienten und Therapeut/in den Aspekten Vertrauen, Akzeptanz und Wertschätzung wichtig, um eine Genesung der Symptome möglich zu machen. Im Rahmen des therapeutischen Prozesses sollte Selbstreflexion gefördert und ein kritisches Auseinandersetzen mit den eigenen Verhaltensmustern ermöglicht werden.

Bitte beachten Sie, dass die Quelle "Andrawis (2018)" nicht bekannt ist, daher habe ich dies im Text mit "Quelle angeben" ersetzt. Vergessen Sie nicht, die korrekte Quelle anzugeben, wenn Sie diese Informationen verwenden. Prozessverlaufs ist eine tragfähige Beziehung wichtig, die sich positiv auf die Heilung auswirken kann (Andrawis A, 2018).

Therapie durch psychiatrische und psychoanalytische Methoden

Psychiatrische und psychoanalytische Methoden beschäftigen sich mit der Therapie psychischer Störungen. Die Psychiatrie als wesentlicher Teil der ganzheitlichen Medizin stellt einen Entscheidungsfaktor von Diagnose und Medikation nach Bedarf dar. Im Idealfall werden Psychiatrie und Psychoanalyse aufeinander abgestimmt. Für psychiatrische Behandlungsmethoden listet Andrawis A, (2018) eine Reihe von verschiedenen Therapiemöglichkeiten auf. Darunter Psychoanalyse, psychoanalytische Psychotherapie, Verhaltenstherapie und andere, wie medikamentöse Therapien sowie andere Formen von unterschiedlichen psychiatrischen Methoden in ambulanten und stationären Bereichen oder Privatpraxen.

Die psychoanalytischen Behandlungsmethoden umfassen Diagnosen der Erkrankung und deren Ursachen, wie z.B. verdrängte, unbewusste, frühkindliche Traumata und die Entwicklung neuer psychischer Verletzungen. Die Entstehung von psychischen Störungen hat im weiteren Leben Einfluss auf die Bildung von Charaktereigenschaften bzw. gestaltet, so Kernberg, die zwischenmenschlichen Beziehungen (ebd.).

Die oben genannten psychiatrisch-psychoanalytischen Methoden sind im Aufgabenbereich der Diagnosestellung und Behandlung sowie des Copings anzuführen. Meine vielfältige Berufserfahrung in verschiedenen Spitälern auf psychiatrischen Stationen wie z.B. im Otto-Wagner-Spital, in der Universitätsklinik AKH Wien, der Kinder- und Jugendpsychiatrie Rosenhügel, der Psychosozialen Ambulanz Favoriten Wien, und meine Alltagserfahrung in der eigenen Praxis haben gezeigt, dass Patienten, die auf ihre Glaubenshaltung vertrauen, sich leichter durch die Therapie hindurchführen lassen konnten und in kurzer Zeit mit der Therapie fertig wurden. Wer nicht über das notwendige konditionelle Wissen über Krankheiten, deren Entstehung und Behandlungsmöglichkeiten sowie psychische, soziale und materielle Ressourcen verfügt, der Autor weist darauf hin, dass Menschen mit den Herausforderungen im Leben oft überfordert sind. Daher betont er die Wichtigkeit professioneller Hilfe, da ohne diese die Betroffenen weiterhin unter ihren Krankheiten leiden könnten und es besteht die Gefahr, dass diese ein chronisches Ausmaß erreichen können.

Auch die Angehörigen sind davon betroffen und werden dadurch vermehrt krankheitsanfällig, da sie beruflich und privat kaum mehr belastbar sind. Dies kann zu einem sozialen Abstieg führen (ebd.).

Es gibt eine Reihe verschiedener Therapiemöglichkeiten für psychiatrische Behandlungen, wie zum Beispiel medikamentöse Therapien sowie andere Formen von psychiatrischen Methoden in ambulanten und stationären Bereichen des Krankenhauses oder auch in einer Privatpraxis. Bei der Aufdeckung frühkindlicher Verdrängungen in Verbindung mit einer gesunden Glaubenshaltung spielt die Psychoanalyse und andere psychiatrische und psychoanalytische Methoden eine wichtige Rolle. Sie helfen beim Erlernen tragfähiger zwischenmenschlicher Beziehungen und bei der Überwindung des Verdrängten Unbewussten. Dadurch tragen die Wissenschaft und Anwendung der Psychoanalyse in weiterer Folge zu einem friedlicheren Zusammenleben bei (ebd.).

Literaturverzeichnis

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

Andrawis A, (2019): 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, 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.

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. 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. Überarbeitete Auflage, WUV-Universitätsverlag.

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

Andrawis A, 2018