Buchbesprechungen

Barbara Bräutigam · Karsten Giertz · Leonore Lerch

Online publiziert: 17. November 2020
 © Der/die Autor(en) 2020

Martin Bohus

Borderline-Störung

Hogrefe Verlag GmbH & Co. KG, Göttingen 2019.
 2. vollständig überarbeitete Auflage. 120 Seiten.
 ISBN 978-3-8409-2853-6.

Thema

Das vorliegende Buch liefert einen Leitfaden für die stationäre und ambulante Behandlung der Borderline Persönlichkeitsstörung mit Hilfe der Dialektisch Behavioralen Therapie nach Marsha Linehan.

Autor

Prof. Dr. med. Martin Bohus, geb. 1956. Wissenschaftlicher Direktor des Instituts für Psychiatrische und Psychosomatische Psychotherapie am Zentralinstitut für Seelische Gesundheit, Mannheim. Gastprofessur Harvard Medical School, Boston, MA.

Aufbau und Inhalt

Nach einer kurzen Einführung in die Entstehung des Störungsbildes, die Diagnostik und die klinische Symptomatik von Borderline mit den Pro-

blembereichen Emotionsregulation, Identität, soziale Interaktion und soziales Umfeld wird ausführlich auf die Dialektisch Behaviorale Therapie (DBT) von Marsha Linehan eingegangen. Dabei werden die grundlegenden Behandlungsprinzipien der DBT ebenso strukturiert aufgezeigt wie die Behandlungsmodule und die Therapiestadien. Die therapeutischen Grundannahmen, der Aufbau von Motivation und vor allem die meist schwierige Beziehungsgestaltung mit BorderlinepatientInnen finden dabei besondere Beachtung. Der Autor verwendet dazu u. a. anschauliche Metaphern wie die „Bergtour“, komprimierte Aussagen „Technische Neutralität erzeugt iatrogene Beziehungsprobleme“ und hilfreiche Mottos und Leitsätze wie „Wenn das Haus brennt, fragst Du nicht nach dem Architekten ...“.

Die konkreten Anleitungen, Informationen und Tipps zum Umgang mit der Borderline Erkrankung, wie sie in der DBT gültig sind, sind sehr anschaulich, nachvollziehbar und praxisrelevant und entspringen aus einem praktischen Erfahrungshintergrund des Autors und seinem Team und können somit gut für die eigene Anwendung genutzt werden. Bei der Darstellung der Behandlungsstadien betont der Autor die Hierarchisierung der Problemwahl im Rahmen der DBT und die Schwerpunktsetzung: Aufbau von Verhaltenskontrolle bei krisenerzeugendem Verhalten, schwerwiegenden komorbiden psychi-

schen Störungen und dem emotionalen Erleben.

Und schließlich wird die Methodik des Skill Trainings sowohl organisatorisch als auch inhaltlich immer wieder mit engem Bezug zu den Patientinnen hergestellt. Die Rahmenbedingungen und organisatorischen Bedingungen nehmen dabei einen nicht unerheblichen Teil ein.

Therapieverlaufs-/Wochenprotokolle, Verhaltensanalyse, Spannungskurve im Anhang und die Interview- und Checklistenkarten zum Behandlungsstadium geben den Fachkräften umfassendes Werkzeug an die Hand zur Arbeit. Am Ende reißt der Autor kurz weitere evidenzbasierte Therapieprogramme und die Pharmakotherapie an.

Diskussion

Sowohl therapeutischen Fachkräften als auch BeraterInnen und sonstigen Fachkräften der Kinder- und Jugendhilfe zeigt dieses Buch in einer ausführlichen und sehr gut verständlichen Art und Weise, wie die DBT aufgebaut ist, um mit Borderline PatientInnen zu arbeiten.

Da das Krankheitsprofil der Borderline-Störung umfassend, vielseitig und komplex ist und die Gefahr von Behandlungsfehlern im Umgang mit den PatientInnen groß ist, hilft dieses Buch dabei, in den Umgang mit Borderline im Rahmen der DBT hinein zu finden. Die vielen praxisnahen Tipps und

Barbara Bräutigam · Karsten Giertz · Leonore Lerch (✉)
 psychotherapie forum, Österreichischer Bundesverband für Psychotherapie (ÖBVP), Löwengasse 3/3/4, 1030, Wien, Österreich

Metaphern ermöglichen es Fachkräften arbeitsfähig zu bleiben.

Wünschenswert wären unabhängig von der DBT mehr tiefergehende und ausführlichere Informationen und wissenschaftliche Erkenntnisse über Ursachen, Entstehung, Auftreten und Erscheinungsbild der Borderline-Störung in verschiedenen Kulturen, Gesellschaftsformen, sozialen Schichten und vor allem, in Abgrenzung zu anderen Persönlichkeitsstörungen und auch anderen psychischen Störungen, wie z.B. der Bipolaren Störung. Aus familientherapeutischer Sicht und im aktuellen Kontext Kinder psychisch kranker Eltern wären vor allem auch Einblicke in die Familiendynamiken und psychosozialen Kontextfaktoren von Eltern mit Borderline-Störung mit ihren Kindern aufschlussreich.

Fazit

Das Buch vermittelt einen sehr guten Eindruck in die Dialektisch Behaviorale Therapie der Borderline Störung. Dabei geraten die PatientInnen nie aus dem Focus. Die beschriebenen Methoden der DBT in Verbindung mit weiteren fundierten und praxisnahen Informationen und Erkenntnissen über Menschen mit Borderline sind hilfreich – auch für andere Kontexte als die spezifisch ausgerichteten ambulanten und stationären therapeutischen Behandlungssettings.

Beim Lesen spürt man immer wieder den großen praktischen Erfahrungshintergrund des Autors zusammen mit seinen MitarbeiterInnen im Umgang und in der Behandlungssystematik der Persönlichkeitsstörung.

Der Titel des Buches müsste richtigerweise allerdings heißen: Die Dialektisch Behaviorale Therapie bei Borderline, da der inhaltliche Schwerpunkt des Buches auf dem Programm liegt und nicht auf der Borderline Erkrankung in seinen verschiedenen Facetten, Lebenskontexten und Folgen für sich und andere.

Das Buch ist trotzdem sehr lesenswert und empfehlenswert für stationär und ambulant arbeitende PsychiaterInnen, PsychotherapeutInnen, PflegerInnen, SozialarbeiterInnen, in Teilen auch für BeraterInnen und sonstige pädagogische Fachkräfte und alle, die einen Einblick in den Umgang mit Borderline

PatientInnen anhand der DBT gewinnen möchten.

Dr. Tomas Köhler-Saretzki

Köln, Deutschland

Leitung Familienberatung, Christliche Sozialhilfe Köln e.V.

thomas.koehler@csh-koeln.de

Reddemann, Luise (2020)

Geflüchtete würdeorientiert begleiten. Ethische und psychosoziale Annäherungen

(Reihe: Fluchtaspekte). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht. ISBN: 978-3-525-40854-4, eISBN: 978-3-647-40854-5

Thema

Die Buchreihe Fluchtaspekte, herausgegeben von Maximiliane Brandmaier, Barbara Bräutigam, Silke Birgitta Gahleitner und Dorothea Zimmermann, widmet sich verschiedenen Schwerpunkten zur aktuellen Thematik der weltweiten Zunahme von Flucht- und Migrationsbewegungen. Ziel ist die professionelle Begleitung geflüchteter Menschen. Das Buch von Luise Reddemann soll Fachkräfte und Engagierte in einer würdeorientierten Arbeit mit Geflüchteten unterstützen.

Autorin

Luise Reddemann studierte Medizin und war zehn Jahre in eigener Praxis tätig. Nach ihrer Weiterbildung zur Psychoanalytikerin übernahm sie die Leitung einer Klinik für Psychotherapeutische und Psychosomatische Medizin. Ihr Interesse galt vor allem der Behandlung von Menschen mit schwerer Traumatisierung. Gemeinsam mit dem Behandlungsteam der Klinik entwickelte sie die „Psychodynamische Imaginative Traumatherapie“ (PITT), die sie bis heute kontinuierlich weiterentwickelte. Seit 2007 ist sie als Honorarprofessorin für Psychotraumatologie und Psychologische Medizin an der Universität Klagenfurt tätig.

Aufbau und Inhalt

Das Buch gliedert sich in einen Prolog und drei weitere Kapitel. Im Prolog verbindet Reddemann persönliche Geschichte mit politischen Ereignis-

sen. Sie zeigt Parallelen auf zwischen den Dynamiken von Fluchtbewegungen heute und nach dem 2. Weltkrieg: Die fehlende individuelle und kollektive Aufarbeitung der Kriegs- und Nachkriegsgeneration sei ursächlich für die heutige Härte, begründet in einer tief verwurzelten Angst vor Ohnmacht, Geldentwertung und der Wiederkehr instabiler Zeiten (S. 17). Die eigene Schuld und Unsicherheit sei nicht bearbeitet, von der nächsten Generation übernommen und projiziert auf andere, beispielsweise aktuelle Geflüchtete. Die soziale Marktwirtschaft münde in eine neoliberale und individualistisch orientierte Wirtschaft, die „Gut-Menschen“ verachtet (S. 23). Nachdem viele Geflüchtete Unrecht und Entwürdigung bereits in ihren Herkunftsländern und auf ihrem Fluchtweg erleben, setzen sich diese Erfahrungen im Asylverfahren in einem nur vermeintlich sicheren Ort fort, verbunden mit erneuten Entwürdigungen.

Im ersten Kapitel fragt Reddemann, ob nicht gerade Geflüchtete „es zu spüren [bekommen], dass Würde ein vergessener Wert in der Psychotherapie“ (S. 24) ist und möchte „Gegenmittel“ (S. 24) vorstellen. Ihrer Einschätzung nach kommen Würdeverletzungen häufig vor und resultierten aus verschiedenen Gründen. So stellten Fachkräfte ihr Wissen und ihre Expertise oftmals über das hilfesuchender Menschen (S. 24). Sichtet man Forschungsarbeiten zu diesem Thema, fühlen sich fast die Hälfte der befragten Patient_innen von ihren Therapeut_innen nicht verstanden, unzureichend informiert und können auch zu wenig mitbestimmen (S. 24f.). Für einen würdeorientierten Umgang bräuchte es aber genau diese Elemente (S. 25).

In der Arbeit mit Geflüchteten kommt die Unsicherheit im Umgang mit kulturellen Differenzen hinzu. Daher sollten sich Fachkräfte hier „als Lernende definieren“ (ebd.) und stets ein Feedback vom Gegenüber einholen, um eine Haltung entwickeln zu können, die die Würde der Menschen als sehr bedeutsam ansieht. Denn die Menschenwürde von Geflüchteten wird nicht nur in den Herkunftsländern oder während der Flucht, sondern auch in den Aufnahmeländern extrem vernachlässigt. Häufig werde voreilig und deutlich zu früh Traumakonfrontation empfohlen, obwohl der

Aufenthaltsstatus noch nicht gesichert ist (S. 26). „Gleichheit und Gleichberechtigung“ (S. 25) zwischen Therapeut_in und Patient_in solle oberste Priorität in der Beziehung haben. Leider fühlten sich offenbar viele Therapeut_innen „dem Paradigma des Machens und ‚Richtigmachens‘“ (S. 26) auf der Basis evidenzbasierter Therapie stark verpflichtet. Das führe häufig im Zuge der bereits genannten (vor)schnellen Traumakonfrontation zu einem „Verlust von Integrität der Betroffenen“ (S. 27).

Vielmehr sollte akzeptiert werden, „dass es schwer ist, jemand ‚nur‘ zu begleiten und nichts ‚machen‘ zu können“ (ebd.). Auch im therapeutischen Kontext bedarf es Begleitung und Trost (ebd.), um die Würde des Gegenübers zu (be)achten. Berichte der Geflüchteten lösten „im Gegenübertragungsgeschehen Ohnmachtserfahrungen“ (S. 29) bei den Fachkräften aus. Um nicht vom Schmerz der Patient_innen überwältigt zu werden und die eigenen Unsicherheiten zu kompensieren, würde zu schnell eine Intervention empfohlen und sich stark an Techniken orientiert. Das wiederum könne zu Machtmissbrauch durch die Therapeut_innen oder Gleichgültigkeitserfahrungen seitens der Patient_innen führen (ebd.).

Die Aufgabe der Psychotherapeut_innen sei es, die Patient_innen in einem Würdeerleben zu unterstützen und das Leiden ebenso zu würdigen wie die Überlebenskraft (S. 29f.). Drei Bereichen widmet die Autorin besondere Aufmerksamkeit: (1) Respekt vor der Autonomie der Patient_innen: Geflüchtete sollten auch an Überlegungen in der Therapie und Begleitung teilhaben und gründlich aufgeklärt werden (S. 30f.). (2) Anerkennung der Würde der Verletzlichkeit und des Scheiterns: Das Erreichen von Zielen sei weniger wichtig als die Wahrung der Interessen und auch Grenzen der Patient_innen (S. 33). (3) Akzeptanz des Rechts auf ein „Nein“: Die „therapeutische Neugier“ (S. 34) und der Glaube, über die Patient_innen alles wissen zu müssen, dürfe sich nicht über den Willen und somit auch nicht über die Würde der Patient_innen hinwegsetzen (ebd.). Auch sollten gesellschaftspolitische Diskurse explizit in therapeutische Überlegungen einbezogen werden. So mache z.B. einen Unterschied, ob Männer oder Frauen behandelt werden

(S. 35). Reddemann verweist in diesem Zusammenhang auf gute Hinweise für Ehrenamtliche von Fluchtorganisationen, die für alle in diesem Bereich Aktiven hilfreich sein könnten.

Das *zweite Kapitel* vertieft die psychotherapeutische Ethik in der Würde. Die Autorin kritisiert, dass in psychotherapeutischen Lehrbüchern Ethik bisher zu wenig berücksichtigt werde (S. 40), obgleich aus ihrer Sicht in der Therapie ethische Gesichtspunkte handlungsleitend sein sollten. Dies bedeute, für Menschenrechte und Geschlechtergerechtigkeit einzustehen und eine würdeorientierte Haltung einzunehmen (S. 41). Die zentrale Frage müsse lauten, wie die Autonomie der Begleitenden angesichts „behördliche[r] Missstände und professionelle[r] Fehleinschätzungen“ (S. 50) aufrechterhalten werden könnte. Ihre Antwort lautet: „Mit Mut, sich über übliche Vorschriften und Empfehlungen hinwegzusetzen, falls es die Würde der Betroffenen gebietet, um so hilfreich sein zu können, wie es wünschenswert erscheint [...] sowie Kreativität“ (ebd.). Auch ein Einmischen an zentralen Punkten könnte die Situation verbessern. Fachkräfte sollten autonom handeln und Handlungen, die die Würde anderer verletzen, nicht mittragen, sondern sich widersetzen (S. 54).

Das *dritte Kapitel* widmet sich dem Zusammenhang von Würde, Trauma und Mitgefühl. Es sei schwer, so Reddemann, zwischen „gut“ und „böse“ zu unterscheiden, weil z.B. Täter_innen häufig selbst Opfer waren (S. 70f.). Entwürdigende Erfahrungen gehörten oft zu den von Menschen zugefügten Traumata und könnten zu Rachegelüsten führen (S. 71). Wenn Entwürdigung – als ein „Verrat an der Menschenwürde“ (ebd.) – jedoch nicht mit Vergeltung, sondern mit Güte beantwortet werde, könnte der Kreislauf durchbrochen werden. Um diese Dynamiken zu verstehen, brauche es seitens der Therapeut_innen mehr Wissen zu Traumata und deren Folgen, zumal viele Geflüchtete zusätzlich zu Flucht und Vertreibung bereits in der Kindheit Traumata erfahren hätten (S. 73). So betroffene Menschen bräuchten eine „fördernde Umwelt“ (ebd.), um ihr Potenzial entfalten zu können. Eine von Gewalt und Würdeverletzungen geprägte Kindheit hingegen erzeuge „einerseits kranke Opfer [...] und andererseits eben auch Täter“ (S. 77; unter Bezug auf Fuchs 2019).

ererseits eben auch Täter“ (S. 77; unter Bezug auf Fuchs 2019).

In diesem Zusammenhang erläutert Reddemann die drei Dimensionen der Würde nach Bieri (2013, S. 12f.): (1) den Umgang anderer mit mir, (2) meinen Umgang mit anderen, (3) meinen Umgang mit mir selbst (S. 90f.). Bezogen auf Geflüchtete, so die Autorin, würden Maßnahmen als legitim angesehen, die nach der ersten Dimension die Würde der Geflüchteten zerstöre (S. 90). Es dürfe und sollte hinterfragt werden, ob Therapeut_innen auf die Wünsche und Bedürfnisse der Klient_innen eingehen. Wenn sie „keine vorschnellen Zuschreibungen“ vornehmen und „viel Geduld mit und Respekt vor den Möglichkeiten der zu Begleitenden“ (S. 95) mitbringen, leisten sie würdeorientierte Arbeit. Angesichts der weit verbreiteten Ungerechtigkeiten sollten sie sich fragen, ob sie nicht mehr politisches Engagement und Solidarität mit Geflüchteten zeigen sollten, um Würdeverletzungen entgegenzuwirken (S. 104).

Diskussion

„Die Würde des Menschen ist unantastbar“ heißt es im Artikel 1 des Grundgesetzes. Reddemann konstatiert in ihrem Band aus der Fluchtaspektreihe in einem ethischen und philosophischen Diskurs, dass die Würde von Patient_innen und Geflüchteten in der Psychotherapie aktuell noch zu wenig Berücksichtigung findet. Anschaulich und engagiert zeigt sie auf, wie methodentechnisch ausgerichtete Arbeit und (gesellschafts-)politische Verhältnisse dazu führen können, Menschen wie Maschinen zu behandeln und Machtmissbrauch zu begünstigen. Diese Gefahr ist besonders groß, wenn es sich um schwer und früh traumatisierte Menschen handelt, wie sie dieses Themenheft im Bereich der Persönlichkeitsstörungen behandelt. Viele der von Reddemann formulierten Forderungen erinnern an die durch die Bundesarbeitsgemeinschaft Traumapädagogik geforderte traumapädagogische Grundhaltung. Die Annahme des guten Grundes, von Wertschätzung, Partizipation, Transparenz und Gelegenheiten zur Freude finden sich in den Ausführungen von Reddemann und können als Basis für einen würdevollen Umgang mit Patient_innen gelten.

Die Autorin plädiert dafür, dass Fachkräfte auch subtile Würdeverletzungen nachempfinden und öffentlich verurteilen sollten. Psychotherapeut_innen müssten ihre Stimme gegen menschenunwürdige Verhältnisse und fortschreitende neoliberale Einstellungen erheben. Missverhältnisse, Ungerechtigkeiten und Würdeverletzungen dürften nicht hingenommen werden. Wenn Therapeut_innen sich der Einhaltung der Würde verpflichtet fühlen, müssen sie entwürdigende Verhältnisse wahrnehmen und zu verändern. Abschließend sei angemerkt, dass die diskutierten Forderungen auch auf alle Fachkräfte zutreffen, die außerhalb eines therapeutischen Settings mit Geflüchteten arbeiten. Luise Reddemann stellt dem entlang hohe Ansprüche an Fachkräfte, sowohl beim Lesen ihres durch viele Literaturbezüge und spannende Zusammenhänge geprägten Textes als auch in der praktischen Arbeit vor Ort – immer im Sinne der betroffenen Patient_innen und Klient_innen, für die sie seit vielen Jahren mit unermüdlichem Engagement eintritt.

Fazit

Dieses Buch ist eine kleine Schatzkiste, bezogen auf einen grundlegenden theoretischen und praxisbezogenen Diskurs zum Thema Würde. Wer das Thema vertiefen möchte, findet viele weiterführende Quellenangaben. Das Besondere an dieser Publikation ist jedoch, dass hier nicht erneute verschiedene Techniken und Methoden aufgelistet werden, die eigene Unsicherheits- und Ohnmachtsempfindungen verstecken (können), sondern dass in diesem Buch von Luise Reddemann das Ringen um eine reflektierte und würdeorientierte Haltung in verschiedenen Dimensionen nachvollziehbar wird.

Literatur

- Bieri, P. (2013). Eine Art zu leben. Über die Vielfalt menschlicher Würde. München: Hanser.
- Fuchs, S. (2019). Die Kindheit ist politisch! Kriege, Terror, Extremismus, Diktaturen und Gewalt als Folge destruktiver Kindheitserfahrungen. Heidelberg: Mattes.

Conny Martina Bredereck, B.A., M.A.

Berlin, Deutschland
Sozialarbeiterin, Lehrende im Studiengang Soziale Arbeit an der Alice-Salomon-Hochschule Berlin (ASH), wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Hochschule für Wirtschaft und Recht Berlin (HWR)
bredereck@ash-berlin.eu

Katharina Klees

Traumatasensible Paartherapie. Mit dem Traum(a)-Haus-Konzept aus der Beziehungskrise

Reihe: Fachbuch Trauma & Paare. Junfermann (Paderborn) 2018. 348 Seiten. ISBN 978-3-95571-723-0, 39,00 EUR; eISBN 978-3-95571-724-7

Thema

„Wenn ein Paar oft streitet, dann gab es womöglich schreckliche Kindheitserfahrungen, die nicht mehr zugänglich sind“ (S. 97). Vielen Paaren ist nicht bewusst, was sie in ihren Streitmustern festhält, sie fühlen sich hilflos und finden aus dem nie enden wollenden „Weil-du-Drama“ keinen Ausstieg. Die Autorin stellt „einen eigenen Arbeitsansatz für die gemeinsam durchgeführte Paartherapie mit Menschen [...] [vor], welche frühe Bindungstraumata erlitten haben“ (Huber, 2018, S. 9). Das Buch handelt von traumatisierenden Erfahrungen in der Kindheit, deren Bewältigungsmustern und den weitreichenden Auswirkungen und Folgen auf die Paardynamik.

Autorin

PD Dr. Katharina Klees (geb. 1957) leitet seit ihrem 23. Lebensjahr Gruppen für Paare. Ihre Diplom- und Doktorarbeit widmete sie dem Thema „Partnerschaft und Sexualität“. Als habilitierte Wissenschaftlerin im Bereich der Beratung und Traumatisierung publizierte sie zu diesen Themen und gilt im deutschsprachigen Raum als Expertin für Paar-, Sexual- und Traumatherapie. Seit 1995 leitet sie ihr eigenes „Aufwind-Institut“, und bietet Paaren sowie Kolleg*innen zahlreiche Möglichkeiten für Therapie und Weiterbildung. Katharina Klees ist zertifizierte Sexualtherapeutin (DGfS) und zertifizierte Ausbilderin der Deutschsprachigen Gesellschaft für Psycho-traumatologie (DeGPT). Sie lehrt als

Privatdozentin an der Pädagogischen Hochschule in Freiburg.

Aufbau und Inhalt

Das Buch ist in sieben Teile mit 48 Kapiteln gegliedert. Einführung und Ausblick gestalten den Rahmen des Werks, den Abschluss bilden Literaturverzeichnis und Index.

Im *ersten Teil* stellt die Autorin die Hypothese auf, dass Streit in der Partnerschaft häufig Symptome einer komplexen Posttraumatischen Belastungsstörung aufzeigt, deren Ursachen in einer traumanahen Kindheit zu finden sind. Die Diagnose PTBS erweitert sie daher um den Aspekt und die Definition der „traumazentrierten Beziehungsstörung“, mit weitreichenden Konsequenzen für die Arbeit mit Paaren und die Ausbildung für Paartherapie oder Paarberatung. Der Autorin zufolge bedarf es eines fachspezifischen Umdenkens. Eine traumatasensible Paartherapie, die die Zusammenhänge von Eskalationen in der Partnerschaft und erlittenen Dramen aus der Kindheit erkennt und Paare therapeutisch und beratend entsprechend begleitet, ist notwendig, um Retraumatisierungen zu vermeiden. Klees stellt einen von ihr entwickelten Test inklusive Auswertung vor, mit dessen Hilfe Zusammenhänge zwischen Beziehungstraumata und Paarkonflikten eruiert werden können. Die Ergebnisse verschaffen Einblick und Orientierung für die weitere Vorgehensweise der traumatasensiblen Paartherapie.

Der *zweite Teil* handelt davon, „wie traumatisierte Menschen Beziehungen eingehen“ (S. 49). Dabei werden die Zusammenhänge zwischen Kindheitstrauma, Bindungsstilen und Beziehungskompetenzen beleuchtet. Die Sehnsucht nach einer idealen Beziehung wird oft von unerfüllten Erwartungen aus der Kindheit gesteuert und führt dazu, dass das Trauma in die Paarbeziehung einbricht. Klees bezieht sich hierbei auf die Bindungstheorie von John Bowlby (1957/2016). Traumatisierte Paare zeigen demnach einen desorganisierten Bindungsstil. Sie sind hin- und hergerissen zwischen dem Verlangen nach Liebe und der Angst vor Nähe und Vereinnahmung. „Je näher und wärmer eine Beziehung wird, [als] desto gefährlicher wird sie wahrgenommen“ (S. 53). Traumatisierte Paare haben nie eine sichere

Beziehung erlebt. Die Sehnsucht danach birgt die größte Angst davor, wieder verletzt zu werden. Streit und Eskalationen sind Abwehr gegen das erlebte Trauma und die damit verbundenen Schmerzen. Die Autorin stellt ein traumazentriertes Bindungsschema vor und arbeitet heraus, dass der Zentralkonflikt meist in einer Szene zum Vorschein kommt, die sich ständig wiederholt. Die für die Traumadiagnostik von Krisenpaaren entwickelte Krisen-Skizze wird anhand von Fallbeispielen erläutert sowie Hinweise zum Kindheitstrauma der Partner*innen herausgearbeitet.

Im *dritten Teil* erklärt die Autorin, warum es so wichtig ist, Streit in der Beziehung zu beenden und aus dem „Weil-du-Drama“ auszusteigen – eine zentrale Methode in der traumasensiblen Paartherapie. Streit löst keine Probleme, sondern erzeugt einen hohen Stresslevel, dem Ausnahmezustand eines Traumas nicht unähnlich. Er verhindert Nähe und schadet der Liebe. Mit den „vier apokalyptischen Reiter[n]“ (Gottman, 2000/2014, S. 126), Ausdrucksformen hoher Negativität, führen traumatisierte Paare erbitterte Kämpfe und verhindern damit, den Schmerz der Kindheitswunden zu zeigen und dennoch miteinander in Kontakt zu bleiben. Wie diese Dynamik mit dem Gehirn und seinen Reaktionsweisen zusammenhängt, erklärt der Blick in die moderne Neurobiologie, insbesondere in das „Beziehungsgehirn“ mit dem Reptiliengehirn, dem limbischen System, der Amygdala, dem Neocortex und dem Präfrontalcortex.

Im *vierten Teil* stellt Klees mithilfe von Fallbeispielen ausführlich die kreative Herangehensweise zur Erstellung und Erläuterung der traumazentrierten Bindungsschemata vor: das Emotions-Skript, „ein comicartiges Malen von belastenden Szenen aus der Kindheit“ (S. 129) und die fünf Bewegungen der Liebe, die für die Entstehung eines Entwicklungstraumas verantwortlich sind. Sie beschreibt, wie Traumata durch kriegstraumatisierte Eltern verursacht wurden und Partner*innen in ihren erwachsenen Beziehungen darunter leiden. Durch die Interaktion mit den Eltern entstehen in der Kindheit emotionale Reaktionen. „Diese frühen Beziehungsmuster wirken auf die Partnerschaft ein und sind daher für das Verständnis der Krisendynamik wesentlich“ (S. 129).

Paare begegnen sich im Streit, in Krisen und Konflikten mit ihren Überlebensmustern. Die Aufschlüsselung der beiden Bindungsschemata hilft ihnen, die Augen zu öffnen. Schrecken und Erleichterung über die Erkenntnisse sind häufige Reaktionen der Partner*innen.

Im *fünften Teil* geht es darum, mit dem Trauma-Bindungs-Schema die vier inneren Anteile (Täter-, Opfer-, Rettungs-Typen und Typen-Trauma) zu entschlüsseln. Die Autorin erläutert die emotionalen Grundkonflikte und Trauma-Arten. Anhand von Tabellen, anschaulichen Abbildungen und Fallgeschichten wird das Schema der emotionalen Beziehungskonflikte dargestellt und durch die Gegenüberstellung der Beziehungsschemata die Dynamik der Beziehung aufgezeigt. Die Enthüllungen der Zusammenhänge und die daraus gewonnenen Erkenntnisse führen oft aus der Not hinaus in Richtung Heilung und Wachstum.

Im *sechsten Teil* räumt Katharina Klees ein, es sei nicht einfach, „ein Verständnis für die Gesetzmäßigkeiten traumazentrierter Partnerschaften“ (S. 209) zu vermitteln. Daher hat die Autorin zusätzlich zu den bereits erwähnten methodischen Ansätzen das komplexe „Traum(a)-Haus-Konzept“ entwickelt. Dieses Haus hat fünf Etagen, ist den fünf Hirnregionen zugeordnet, und durch die bildliche Darstellung lässt sich die Dynamik der Partnerschaft sowohl zu den „Trauma-Monstern“ als auch zum „Liebesraum“ nachvollziehen. Ausgehend von der Drama-Bühne, auf der Streit und Eskalation herrschen, stellt dieses Konzept die tabuisierte Trauma-Allianz dar, die Trigger der emotionalen Wunden aus der Kindheit, die Überlebensstrategien und den Ausstieg durch den wachsenden Bewusstseinsprozess. Zunehmend wird dem Paar in der traumasensiblen Paartherapie begreifbar, wie Partnerschaftskrisen zu einem überwältigenden Hereinbrechen des abgetrennten Traumas im aktuellen Interaktionserleben führen und sich das mühsam in Schach gehaltene Trauma im Hier und Jetzt ständig wiederholt. Der Prozess, aus dem Trauma-Haus ein Traum-Haus zu machen, ist der Weg und das Ziel der Therapie und darüber hinaus. „Aus Gefangenen der Vergangenheit werden Weggefährten des Wachstums“ (S. 266).

Im *siebten Teil* geht es um Emotion, Affekt, Affektregulation und deren Bedeutung für die Entstehung von Bindung und Beziehung. Die Regulation und Differenzierung von Emotionen und Affekten markiert den Beginn der Heilung und des Ausstiegs aus dem Drama. Theoretische Einblicke zur Emotionstheorie, Übungen zur emotionalen Regulation und zu einer reifen emotionalen Kommunikation schaffen den Übergang von den krisenverursachenden Dialogen zur Empathie-Resonanz. Die Affekt-Motiv-Tabelle und die Resonanz-Skala am Traum(a)-Haus verdichten das Verständnis traumazentrierter Partnerschaften und entwerfen Handlungsmöglichkeiten einer traumasensiblen Paartherapie.

Der *achte und letzte Teil* gibt einen Ausblick für eine gute Paartherapie. Die Autorin hebt die Notwendigkeit einer professionellen Begleitung in der Paartherapie hervor und beschreibt kompakt und prägnant den „Fünf-Stufen-Ansatz zum Beenden von Krisen: Der Behandlungsplan zum schrittweisen Vorgehen in der traumasensiblen Paarberatung“. (S. 328)

Diskussion und Fazit

In den vergangenen Jahren rückte das Thema Trauma in der Psychotherapie und Beratung stark in den Fokus. Verschiedene theoretische und methodische Ansätze beschäftigen sich mit den Ursachen einer Posttraumatischen Belastungsstörung und deren Behandlung. Katharina Klees hat sich als Erste in der Fachwelt auf eine traumasensible Paartherapie spezialisiert.

Mit ihrem Werk ist der Autorin ein ausgezeichnetes Lehrbuch für die Behandlung und Begleitung von traumazentrierten Partnerschaften gelungen. Es ist nicht nur hilfreich für Professionelle und weitere Interessierte, sondern auch ein Ratgeber für betroffene Paare. Der Ausstieg aus der Beziehungskrise mit dem Traum(a)-Haus-Konzept gibt Hoffnung und eröffnet einen möglichen und gangbaren Weg aus dem Drama hin zu Heilung und Wachstum der traumatisierten Partner*innen. Durch den klaren Aufbau – strukturiert in Theorie, Praxis, Methodik und eine Zusammenfassung am Ende jedes einzelnen Teils – werden Leser*innen zunehmend tiefer in die Thematik eingeführt, sodass sich

ihr Verständnis über die traumasensible Paartherapie allmählich verdichtet. Entlang von zahlreichen ausführlichen Fallbeispielen werden die therapeutischen Prozesse von Beginn bis zum Ende der Therapie nachvollziehbar und somit sehr lehrreich für die Praxis. Besonders hervorzuheben sind dabei die kreativen methodischen Herangehensweisen.

Weitere Details zur Lizenz entnehmen Sie bitte der Lizenzinformation auf <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.de>.

Hinweis des Verlags Der Verlag bleibt in Hinblick auf geografische Zuordnungen und Gebietsbezeichnungen in veröffentlichten Karten und Institutsadressen neutral.

Literatur

- Bowlby, John (2016). Frühe Bindung und kindliche Entwicklung (Reihe: Beiträge zur Kinderpsychotherapie, Bd. 13; 6., unveränd. Aufl.). München: Reinhardt (englisches Original erschienen 1957).
- Gottman, John M. (2014). Die 7 Geheimnisse der glücklichen Ehe (unveränd. Neuausg.). Berlin: Ullstein (englisches Original erschienen 2000).
- Huber, Michaela (2018). Vorwort. In Katharina Klees, Traumasensible Paartherapie. Mit dem Traum(a)-Haus-Konzept aus der Beziehungskrise (Reihe: Fachbuch Trauma & Paare; S. 9–14). Paderborn: Junfermann.

Cornelia Cubasch-König
Wien, Österreich
Praxis für Psychotherapie, Supervision
und Paartherapie
cornelia@cubasch.com

Open Access Dieser Artikel wird unter der Creative Commons Namensnennung 4.0 International Lizenz veröffentlicht, welche die Nutzung, Vervielfältigung, Bearbeitung, Verbreitung und Wiedergabe in jeglichem Medium und Format erlaubt, sofern Sie den/die ursprünglichen Autor(en) und die Quelle ordnungsgemäß nennen, einen Link zur Creative Commons Lizenz beifügen und angeben, ob Änderungen vorgenommen wurden.

Die in diesem Artikel enthaltenen Bilder und sonstiges Drittmaterial unterliegen ebenfalls der genannten Creative Commons Lizenz, sofern sich aus der Abbildungslegende nichts anderes ergibt. Sofern das betreffende Material nicht unter der genannten Creative Commons Lizenz steht und die betreffende Handlung nicht nach gesetzlichen Vorschriften erlaubt ist, ist für die oben aufgeführten Weiterverwendungen des Materials die Einwilligung des jeweiligen Rechteinhabers einzuholen.