

Grundhaltungen in der Arbeit mit Traumatisierten

Michaela Huber
www.michaela-huber.com

Empathische Abstinenz

- Empathie mit dem Leid muss erkennbar sein.
- Abstinenz gegenüber den internen Kämpfen der verschiedenen Persönlichkeitsanteile.

Professionelle Aufrichtigkeit

- Professionell: Wir ziehen die KlientIn nicht in unsere privaten Themen und Konflikte hinein. Und niemals (NIEMALS!) gehen wir eine sexuelle Beziehung mit ihr/ihm ein.
- Emotional aufrichtig teilen wir der KlientIn mit, wenn wir z.B. uns schlecht auf sie konzentrieren können, weil uns gerade anderes durch den Kopf geht, wenn wir aus anderen Gründen traurig oder aufgebracht sind.
- So weit jeweils vertretbar, lassen wir die KlientIn auch erkennen, wie das, was sie sagt, auf uns wirkt.

Michaela Huber, 2007

3

Partnerschaftliches Arbeiten

- Wir stellen uns nicht „drüber“.
- Wir bringen unser „Handwerksköffchen“ mit.
- Die KlientIn ist die ExpertIn ihres Lebens.
- Wir können und werden bei Komplextrauma auch Phasen durchmachen, in denen wir eine „unvermeidliche Verzweiflung“ (H. Schwartz, 2002) erleben.
- Wir geben nicht auf und ermutigen die KlientIn.
- Je unstrukturierter die KlientIn, desto mehr sind wir eher „Coach“ als „mütterlich“.

Michaela Huber, 2007

4

Fördern und fordern

- Wir müssen beide hart arbeiten:
- Die KlientIn muss Verhalten ändern und sich an verändertem Verhalten messen lassen. Wenn sie nichts ändert, wird es nicht besser und gefährdet die Therapie.
- Die TherapeutIn erwartet, sich durch die Arbeit selbst verändern zu müssen (lernen, Supervision, evtl. eigene Therapie...), um der KlientIn gerecht werden zu können.

Michaela Huber, 2007

5

Unterschiede beachten

- TherapeutIn – KlientIn
- Erwachsene Position – kindliches Leid
- Geschlechterfragen
- Kulturelle, schichtspezifische, ethnische, religiöse... Unterschiede werden thematisiert

Michaela Huber, 2007

6

Respekt und Achtung

- Respekt für alles, was die Persönlichkeit unter dem traumatischen Stress entwickelt hat.

- Achtung vor allen Bewältigungsstrategien.

Also: Alles ist eine Ressource.

Bei Veränderungen geht es lediglich darum, etwas (noch) Besseres zu finden.

Ressourcen erweitern

- Altes, schon einmal Gekonntes wieder reaktivieren (Ressourcendiagramm).
- Neues dazulernen.
- Dabei immer die Möglichkeiten wertschätzen, die bereits gefunden wurden.

Arbeit mit der „dunklen Seite“

- Wer nur beim „Netten, Ressourcenfreundlichen“ bleibt, hilft einem traumatisierten Menschen nicht ausreichend!
- Wenn es einfach wäre, dann hätte die KlientIn ihre Ziele schon erreicht.
- Daher: Arbeit mit dem „Geist, der stets verneint“, mit täterloyalen und täteridentifizierten Anteilen.

Michaela Huber, 2007

9

Traumatherapie ist Arbeit an der Struktur, aber auch am Trauma!

- Stabilisieren enthält auch Distanzieren von Traumamaterial.
- Bearbeiten des Traumamaterials ist nicht „auf den Sankt Nimmerleinstag“ zu verschieben, sondern immer wieder in kleinen Portionen zu versuchen.
- Längere Phasen von prozessierender Arbeit erst nach ausreichender Stabilität.
- Ohne Affekt keine Traumaintegration. (Also nicht nur aus der Beobachter-Position!)

Michaela Huber, 2007

10