

Betrachtung im Hinblick auf Psychose von: Aktualisierungstendenz, Selbstaktualisierungstendenz, Selbstbild (Menschenbild), Selbstkonzept, Inkongruenz, Verzerrte oder verleugnete Symbolisierung.

Wir sind fähig unser Selbstbild – Konzept - laufend zu ändern, zu adaptieren.

Wenn ich erwarte, wie ich reagiere, wenn ich mich so verhalte wie immer, brauche ich mich nicht verändern.

Das Selbst wird ununterbrochen modifiziert.

- **Wenn wir innere Kapazitäten haben schaffen wir das.**

Wir integrieren laufend unser Selbstbild = Weltbild - Erfahrungswelt.

Zwischen dem was ich erlebe und verstehe (symbolisch) ist Inkongruenz.

Wir korrigieren unser Selbstbild.

- **Wenn Inkongruenz so groß ist, dass das (Selbstbild) nicht mehr funktioniert.**

Was passiert da?

Ich erlebe das Geschehen und ändere - symbolisiere es so, dass es in mein Selbstbild passt.

Das Ergebnis ist so massiv, dass es für das Selbstbild eine massive Bedrohung ist.

- **Manche sind belastbarer als andere und können es unterschiedlich integrieren.**

Wenn es, zu massive Veränderungen gibt, muss es massive Veränderungen des Selbstbildes oder Selbstkonzeptes geben, damit ich es (die Veränderung, das Ereignis, das Erlebte) integrieren kann.

- **Das ist der gleiche Prozess wie verliebt sein und Überleitung zu lieben.**
- **Wenn ich ihn/sie so verzerrte in der Wahrnehmung, dass er/sie passt, schaffe ich mir eine Scheinwelt, damit er/sie ins Selbstbild passt.**
- **Entweder das Selbstbild ist zu ändern oder die Welt ist zu verändern.**
 - **Die Welt zu verändern ist leichter.**

Trauer heißt, Anpassungsleistung zu vollbringen.

- **Solange ich die Verzweiflung nicht wahrnehme, gibt es keine Anpassung.**
- **Je stärker die Bedrohung ist, desto weniger will sich das Selbst ändern.**
 - **Das kann auch beim verliebt sein passieren.**

- **Je älter ich werde/bin, desto flexibler ist/wird mein Selbstkonzept.**

Erfahrungen die außergewöhnliche Erlebniszustände hervorrufen hängen damit zusammen, dass massive Inkongruenz besteht.

Verzerrte oder verleugnete Symbolisierung. Ich verstehe die Welt nicht mehr.

Die Selbstaktualisierungstendenz und Aktualisierungstendenz stehen im Widerspruch.

- **Die Selbstaktualisierungstendenz ist Teil der Aktualisierungstendenz.**
 - **Mögliches wird wirklich = Aktualisierungstendenz.**
 - **Lebensprozess drängt nach Verwirklichung.**

Die Aktualisierungstendenz ist kein Automatismus.

- Wenn ich unter geeigneten Bedingungen gefördert werde ist es die Tendenz, die da ist und das spielt sich **physiologisch und psychologisch ab.**

Ein Teil dieser Tendenz ist, dass wir auch unser Selbstbild erhalten wollen.

- Wenn das Selbstbild starr ist, wiederholen wir alte Erfahrungen.
- Die Aktualisierungstendenz ist grundlegendes und die Selbstaktualisierungstendenz ist ein Teil davon.
- Die Aktualisierungstendenz schaltet die Selbstaktualisierungstendenz **aus.**

1. Die Möglichkeit das sich die Selbstaktualisierungstendenz radikal verändert

- Wenn wichtige Teile aktualisiert werden, oder

2. Die Aktualisierungstendenz hat durchgegriffen

- Ich bin dann aus der Bahn geworfen und kenne mich nicht aus.
 - Versuche mich wieder zu orientieren
 - z.B. Diese Frau habe ich noch nie gesehen
 - dabei versucht die **Selbstaktualisierungstendenz** wieder ins Spiel zu kommen.

Sich eine Welt zu schaffen, ist die Selbstaktualisierungstendenz aufrecht zu halten.

Bei massiven Ereignissen wird vorerst die Selbstaktualisierungstendenz außer Kraft gesetzt und kommt bei Erschaffen einer Welt wieder ins Spiel.

Die Aktualisierungstendenz sorgt dafür, dass Aggressionspotenzial zum Tragen kommt.

- Die **Selbstaktualisierungstendenz** hält sich zurück.
 - Hält das Selbstkonzept aufrecht, weil das tut man nicht.

Das was einer Gefahr ausgesetzt ist, ist das Selbstkonzept.

- Die Selbstaktualisierungstendenz möchte das Selbstkonzept erhalten.
- **Erschaffung einer neuen Welt ist weniger bedrohlich als sein Selbstkonzept zu ändern.**

In der Psychose gibt es kein hin und her der Selbstaktualisierungstendenz.

Die Aktualisierungstendenz überholt die Selbstaktualisierungstendenz bei Ereignissen für kurze Dauer, um mit der Situation besser umgehen zu können.

- In der Nacht (im Traum) holen wir Sachen nach, die wir tagsüber nicht verarbeitet haben und das ist eine Art psychotischer Zustand.
- Wenn Menschen in Psychosen gehen

Träume sind nahe an psychotischen Zuständen.

- Wir erschaffen uns eine Traumwelt.
- Ich als Person erschaffe mir die Träume.
- **Wir träumen schreckliche Dinge, weil es eine Bedeutung für uns hat.**

Sich selbst und anderen Menschen auszusetzen ist nicht immer lustig.

- **Kein Mensch weiß wirklich, was Psychose ist.**

Es ist ein Versuch mit eigenem Menschenbild zurecht zu kommen.

- Der Psychotherapeut der Psychosen heilt ist noch nicht erfunden.
- Den Menschen dort begleiten, wo er ist.
- **Ob wir Menschen erreichen, wo sie es brauchen oder wollen ist fraglich. Wir stoßen an Grenzen.**
- **Psychotherapie setzt Leiden nicht außer Kraft, wir können sie (die Klienten) da begleiten, um besser damit (mit dem Leiden) umzugehen.**

- Wir können die KlientInnen in der Entwicklung ihrer Potenziale, die nicht genutzt wurden, unterstützen und fördern.
- Es ist ein Defekt, der nachreifen kann oder bleibt ein Defekt, wenn ich es nicht übe. Normal zu reagieren oder auszurasen. Was hier kongruent ist, ist die Frage.

Was ist Psychose?

Substanziell:

Innerer Zustand, der psychisches Erleben verursachen kann.

- Die Selbststeuerung fehlt.
- Leute die fest davon überzeugt sind Stimmen zu hören.
- Leute die fest davon überzeugt sind und es wissen, dass es nicht sein kann.

Selbststeuerung ist, ob ich weiß wach zu sein oder geträumt zu haben.

Allnächtlicher Wahnsinn ist wichtig, um nicht in realen Wahnsinn zu kommen.

Durch Erschaffen einer inneren Realität, im Schlaf mit dem zurecht zu kommen, was täglich passiert.

Weil die selbstschaffende stabilisierende Welt so wichtig für das Überleben ist.

Relationale:

Psychose ist Kommunikationsstörung.

- Störung die durch Beziehung nicht zugänglich ist.
 - Welche Beziehungsfähigkeiten sind bei jeweiliger Person in Takt.
- Wir wissen über Psychosen sehr wenig.

Niemand kann die Welt des anderen verstehen.

- Sich dafür zu interessieren kann schon heilsam sein.

Bei Psychotikern funktioniert das aber nicht!!!

- Auf Erleben des Patienten einzugehen ist noch keine Garantie, dass das funktioniert
 - Das ist das Menschenwürdigste und Kongruenteste, dass ich in der Therapie machen kann.
 - Wichtig ist, auch auf Wunsch des Klienten nicht auf ihre Welt einzugehen. Ich sehe, wie wichtig es für sie ist, dass ich das auch so sehe wie sie, ist die beste Antwort darauf.
 - Was macht es mit dem Menschen und was macht es mit unserer Beziehung?
- Ich würde auch mit nicht psychotischen Klienten so arbeiten.
 - Ich würde nicht auf die Geschichte eingehen.
 - Wichtig ist, dass ich spüre, wie es ihm geht und was es mit ihm macht.
 - Dem Menschen seine Aufmerksamkeit geben kann nie falsch sein.

Selbststeuerungsmöglichkeit:

Das Erleben auf Realität überprüfen, was tun wir da?

- Ich symbolisiere, nehme das Neue in das Selbstbild auf.
- Ich vergleiche es mit anderen Erfahrungen und Empfindungen.

Die Aktualisierungstendenz ist lebensfördernde Kraft, was nicht immer lustig sein muss - und kann mich in Grundfesten erschüttern.

- Die Aktualisierungstendenz ist immer gleich stark.
- Unter förderlichen Bedingungen kann sie auftreten und das organismische Erleben in das Selbstbild integrieren.
 - Bei missbrauchten Kindern versucht das die Aktualisierungstendenz, ist aber in jungen Jahren nicht möglich.

- Das kann erst, wenn die Person stabil ist, integriert werden.
- Massives Erleben erzeugt Abwehrverhalten, damit das Selbstkonzept nicht geändert werden muss.
- Wenn es (das Selbstkonzept) sich im System bewährt, dann bleiben ich dabei.
- Wenn es aber immer mehr zu Leid führt, Leidensdruck verursacht, dann will ich das ändern.
- Als Psychotherapeut versuche ich mit ihm (dem Klienten) - mit seiner Angst umzugehen
- Als Psychotherapeut wäre es zu gefährlich die Wirklichkeit der KlientInnen in Frage zu stellen, weil ich dann auch zu den Verschwörern gehören würde.
 - Es geht ihm (dem Psychotherapeuten) darum die Angst zu reduzieren, da sind sich alle Therapierichtungen einig.

Das Selbstkonzept ändern, dass unbegrenzter Wohlstand nicht geht und nicht alles auf die Juden schieben. Das bedeutet massive Änderung des Selbstkonzeptes. Die Gefahr ist, sich (als Therapeut) in das System - andere sind schuld - hineinziehen zu lassen - ähnlich wie Dynamik bei Sucht.

Psychose:

- Seelenkrankheit
 - Wahn kommt von gewinnen, durch Anstrengung was zu erreichen.
 - Wahn ist psychische Störung, ist Hoffnung zu bekommen.

Im ursprünglichen Ansatz ist er höchst sinnvoll.

Psychose ist früh entstanden. Anderer dienen/dienen als Spiegel der Selbstwahrnehmung.

Neurose ist später entstanden. Die Pathogenese - Entstehung – ist weitgehend unklar.

Fremdheit und Überforderung

- keine klare Struktur
- keine Orientierung
- keine Vorhersagbarkeit in Wahrnehmungsabläufen.
- Bedürfnis andere und sich zu verstehen
- Bildung eines Wahnsystems.

Bei fremden Kulturen geschieht eine Anpassungsleistung, wo das nicht mehr geht - ist die Psychose ein Ausweg.

Starre Verzerrung des Selbst und Fremdbildes

- Es ist ein Wahn, weil das 100% so ist.

Das Gesicht der Mutter ist für das Spüren des eigenen Selbst.

- Ich bin was du mit mir machst.

Ein Alltagstrauma, das in seiner Komplexität nicht integriert werden kann, hat ein Trauma zu folge.

Zwänge haben andere Psychodynamik.

Systemische Therapie: Frage an KlientInnen: Was wäre anders, wenn das Problem nicht bestehen würde.

Personzentriert fragen wir, welche Ressourcen es gibt.

Personzentrierte Therapie:

- Leute mit Anpassungsstörungen, Selbstwert usw.
- Es (die Therapie) funktioniert, wenn es ein dialogorientiertes Arbeiten gibt.
- Sich (als Psychotherapeut) da in Entwicklungspsychologie aus zu kennen ist sehr wichtig.
 - Erkennen, wozu es sich abspielt im Klienten.
 - Erzählen lassen - neugierig sein.
- Ich sehe den Menschen und nicht die Psychose.
- Bei dem bleiben, was ist und schauen.

Empathie = Einfühlung

- als ob ich der andere wäre.
- Wenn ich hineingezogen werde bin ich schon ein Teil des anderen.
- Empathie ist, sich ganz präzise auf die Welt des andern ein zu lassen - aber bewusst machen, dass es nicht meine Welt ist.
- Mit Empathie kann ich nie jemanden schaden.
- Ich bin dort wo der andere ist.
 - Das Wahrnehmen der Angst ist Empathie und hat nichts mit Nähe zu tun.
- Wenn ich die innere Freiheit habe etwas zu sagen ist es niemals falsch.
- Auf sich achten + eigene Grenzen.
- Bei Empathie nicht in Identifikation einsteigen.
 - Ist ständiges arbeiten an Empathie.

Mit Setting Angebot entgegenkommen

- wie kann ich für ihn jetzt am besten da sein.

Authentisch wie möglich sein.

In Kommunikation sehr klar sein

- einfache + klare Sätze, weil Klient selbst sehr klar sein soll.
- Wertschätzend und wohlwollend sein.
- So er/sie angenommen wird, wie man ist.
- Ärzte die nicht mit ihren Bedürfnissen umzugehen verstehen.
 - Ich erfahre in Kliniken, zu starke Abgrenzung.
 - Wichtig ist auch, sich die eigene Angst zuzugeben.