



Psychotherapie | Informationen August 2002 | 08

1



Aktuell für Sie:

Mit Hoffnung und Sorge sieht der Deutsche Psychotherapeutenverband (DPTV), Berlin, der Zukunft der Psychotherapie nach der Bundestagswahl im September entgegen. "Der gesetzlich verankerte Leistungsanspruch der Versicherten auf eine psychotherapeutische Behandlung muss genauso gewahrt bleiben wie das Erstzugangsrecht der Versicherten zu einem Psychotherapeuten der eigenen Wahl", forderte Dipl.-Psych. Detlev Kommer, Vizepräsident des DPTV, auf einer Podiumsdiskussion des Verbandes; achten Sie auch als Versicherte Ihrer Kassen darauf, dass Ihnen dieses Recht gewahrt wird.



Zitat des Monats:

Wer die Menschen kennen lernen will, der studiere ihre Entschuldigungsgründe.

Friedrich Hebbel



Aktivitäten:

Es war Urlaubszeit, deshalb... (ich glaube es stand schon mal in (m)einem Poesiealbum...)

Ich wünsche Dir Zeit, nicht
alle möglichen Gaben,
ich wünsche Dir nur, was die
anderen nicht haben:
ich wünsche Dir Zeit, Dich zu
freuen und zu lachen,
und wenn Du sie nützt, kannst Du
etwas daraus machen.

Ich wünsche Dir Zeit für Dein
Tun und Dein Denken,
nicht nur für Dich selbst,
sondern auch zum Verschenken.

Ich wünsche Dir Zeit, nicht
zum Hasten und Rennen,
sondern die Zeit zum
Zufrieden sein können.

Ich wünsche Dir Zeit, nicht
nur so zum Vertreiben,
ich wünsche, sie möge Dir
übrig bleiben,
als Zeit für das Staunen und
Zeit zum Vertrauen,
anstatt nach der Zeit auf
der Uhr zu schauen.



Psychotherapie | Informationen August 2002 | 08

2

Ich wünsche Dir Zeit, nach den
Sternen zu greifen,
und Zeit, um zu wachsen, das
heißt, zu reifen.

Ich wünsche Dir Zeit, neu zu
hoffen, zu lieben,
es hat keinen Sinn, diese
Zeit zu verschieben.

Ich wünsche Dir Zeit, zu
Dir selber zu finden,
jeden Tag, jede Stunde als
Glück zu empfinden.

Ich wünsche Dir Zeit, auch um
Schuld zu vergeben,
ich wünsche Dir: Zeit zu
haben zum Leben.

:) Symptome begreifen:

Universitätsklinikum Heidelberg, 09.07.2002

Wenn nach der Geburt die Welt zusammenbricht

Heidelberger Mutter-Kind-Therapie: Nicht nur die Depression wird behandelt, sondern auch die Interaktion zwischen Mutter und Kind

Mit großen Augen sucht das Baby den Blick seiner Mutter zu erhaschen. Die wendet ihr Gesicht von ihm ab. Ihre Miene ist starr, die Gegenwart es nur wenige Monaten alten Kindes, das um ihre Aufmerksamkeit kämpft, scheint sie kaum zu bemerken. Nach einiger Zeit gibt das Baby seine Bemühungen auf; es zieht sich zurück. Eine Szene, die sich nicht selten abspielt, denn jede fünfte Mutter erkrankt nach der Entbindung an einer Depression. Hoffnungslosigkeit und mangelnder Antrieb wiegen in dieser Situation, die eigentlich zu den schönsten des Lebens gehören sollte, besonders schwer. Denn die eigenen Schuldgefühle, oft auch das Unverständnis der Umgebung und die starken Bedürfnisse des Neugeborenen können die Erkrankungssymptome verstärken. Nur wenige Kliniken in Deutschland sind bislang darauf eingerichtet, depressive Mütter und ihr Kind aufzunehmen, und ihnen damit die Chance auf eine umfassende Therapie zu eröffnen. Die Psychiatrische Universitätsklinik Heidelberg unter der Leitung des Ärztlichen Direktors Professor Christoph Mundt bietet seit vergangenem Jahr für Mütter mit ihren Kindern die Behandlung in einer Station oder eine teilstationäre Behandlung an.

Stresshormone und hoher Puls beim Baby / Langfristige psychische Folgen "Kind und Mutter sind eine Einheit", sagt die Psychologin Dr. Corinna Reck, die das Projekt leitet. Wissenschaftliche Untersuchungen haben gezeigt: Nicht nur die psychischen Symptome der Mutter müssen behandelt werden, auch im Umgang mit ihrem Kind braucht sie professionelle Unterstützung. Denn Babies, die ohne engen emotionalen Kontakt zur



Psychotherapie | Informationen August 2002 | 08

3

Mutter oder einer anderen Bezugsperson aufwachsen und sogar von der Mutter abgewiesen werden, tragen in hohem Maße psychische Schäden davon, weit über das Säuglingsalter hinaus, zum Beispiel Verhaltensauffälligkeiten und mangelnde Kommunikationsfähigkeit. Akut lassen sich beim Baby körperliche Reaktionen auf das Verhalten der Mutter messen: hohe Konzentrationen des Stresshormons Cortisol, erhöhter Puls und Blutdruck. Zunächst reagiert das Baby eher agitiert auf das abweisende Verhalten der Mutter, dann zeigt es selbst depressive Verhaltensweisen.

"Neugeborene sind keineswegs passiv und nur von ihren Trieben bestimmt, wie man früher einmal angenommen hat", erklärt Corinna Reck. Als aktive

Wesen sind sie vielmehr in der Lage, Beziehungen aufzubauen und abubrechen. Die "Video-Mikroanalyse", bei der die Interaktion zwischen

Mutter und Kind in Bruchteilen von Sekunden von einer Videokamera aufgezeichnet und dann analysiert wird, ist ein wichtiges diagnostisches Instrument der Heidelberger Mutter-Kind-Therapie. So lässt sich beispielsweise folgende Szene minutiös verfolgen, die der herkömmlichen Beobachtung verborgen geblieben wäre: Ein Baby, das zunächst ständig von seiner Mutter abgewiesen wurde, reagiert auf ihre nunmehr aggressiven Zuwendungsversuche mit starker Abwehr. Es reißt beide Arme empor und verdeckt schützend sein Gesicht. Therapie setzt auf Entdeckung und Verstärkung intuitiver Kompetenzen. Zunächst wird die Depression der Mutter mit Medikamenten und Psychotherapie behandelt. Wenn sich ihr psychischer Zustand stabilisiert hat, widmet sich der Therapeut der Interaktion mit dem Kind. "Rooming-in allein reicht nicht aus, um eine tragfähige Beziehung herzustellen", sagt Corinna Reck. Der gemeinsame stationäre Aufenthalt bietet den beiden zwar einen Rückzugsort, in dem sie ihre Beziehung neu aufbauen können, doch benötigen sie dafür professionelle Hilfe. Mit Hilfe von Videoaufzeichnungen können positive Verhaltensweisen verstärkt werden. Der Mutter soll lernen, ihre intuitiven Kompetenzen zu entdecken und umzusetzen. Diese werden verstärkt, wenn sie die ersten positiven Signale von ihrem Baby zurückbekommt.

Weitere Informationen:

Dr. Corinna Reck

Psychiatrische Universitätsklinik

Abteilung Allgemeine Psychiatrie

Tel. 06221 / 56 - 4465

E-Mail: Corinna_Reck@med.uni-heidelberg.de



Literaturtipps:

Peseschkian, Nosrat (2001) Steter Tropfen höhlt den Stein> ein kluges Buch über die schädlichen Wirkungen der sog. „kleinen Kränkungen“; auch eine Ermahnung sich davor zu schützen...

Bork, Uwe (2002) Wie begrüße ich korrekt den Freund meiner Tochter am Frühstückstisch: Tipps für den ganz normalen Familienwahnsinn> zum Lesen, Wiedererkennen und auch Lachen