

Buchrezensionen zum Jahrbuchthema

Kahn, Gabriele: Das Innere-Kinder-Retten, Sanfte Traumaverarbeitung bei Komplextraumatisierung

Psychosozial-Verlag, Gießen 2010,
225 Seiten, 22,90
ISBN 978-3-8379-2085-7

Gabriele Kahn beschreibt in ihrem Buch „Das Innere-Kinder-Retten“ die Methode der sanften Traumaverarbeitung. Bei dieser Methode handelt es sich um einen tiefenpsychologisch fundierten Ansatz, der gemäß der Autorin mit jeder geläufigen Traumatherapie-Methode kombiniert werden kann. Die Autorin, Diplompsychologin und Psychotraumatheapeutin in eigener Praxis kann in ihrem Buch auf vielfältige therapeutische Erfahrungen mit traumatisierten Patienten zurückgreifen. Das macht das Buch sehr anschaulich und lesenswert.

Der Begriff „sanfte Traumaverarbeitung“ – im Untertitel zu finden – bezieht sich auf die Tatsache, dass Gabriele Kahns Methode ohne die für die Patienten meist belastende und retraumatisierende Traumakonfrontation auskommt. Gleichzeitig möchte sie jedoch über den Zustand bzw. die Phase der reinen Stabilisierung hinausgehen, in welcher die Patientinnen aus ihrer Sicht gestärkt werden und es auch zu einem akuten Symptomrückgang kommen kann. Bei der Konfrontation mit Triggern ist jedoch ein Symptomrückfall bzw. eine Retraumatisierung nicht auszuschließen.

Im Zentrum des Buches steht die Behandlung von vornehmlich weiblichen Patienten, die emotionale sowie körperliche Gewalt, Verwahrlosung und sexuellen Missbrauch erlebt haben. Thema des Buches sind also Komplextraumatisierungen, d. h., dass traumatisierende Ereignisse mehrfach und auf unterschiedliche Weise in der frühen Kindheit bis zum jugendlichen Alter geschehen sind. Gabriele Kahn geht davon aus, dass sexuelle Traumata weitaus größere Folgen für die Betroffenen haben als andere Traumatisierungen und daher auch gesondert behandelt werden sollten. Kinder, die durch einen sexuellen Missbrauch traumatisiert wurden, erleben meist zwei bis drei Traumatisierungen nacheinander: (1) Das Trauma durch den sexuellen Missbrauch, (2) das Trauma, von nahestehenden Vertrauenspersonen und Mitwissern nicht beschützt zu werden. (3) Oft kommt ein drittes Trauma hinzu, wenn die nicht schützenden Erwachsenen ihre eigenen Schuldgefühle nicht aushalten und sie die gesamte Verantwortung auf das Kind schieben (vgl. 21–25).

Schritt für Schritt beschreibt Gabriele Kahn die Vorbereitung für die Methode des Inneren Kinder Rettens (IKR) und die Rettung selbst. Mit dem Begriff der inneren

Kinder sind dissoziierte bzw. abgespaltene Kindanteile der Patienten gemeint. Die Fähigkeit der Patienten zur Dissoziation, wird in positiver Weise für die Therapie genutzt. Es wird nicht gegen die Dissoziation, die einmal lebensrettend war, gearbeitet, sondern mit ihr (vgl. 205). Sie wird eingesetzt um die traumatisierten Kinder zu finden und sie von Helfern retten zu lassen. Erinnerungen, die dissoziiert sind, werden nicht oder nur teilweise im Langzeitgedächtnis abgespeichert. Sie „... bleiben unverarbeitet auf der intuitiven, emotionalen (...) Seite des Gehirns. Diese »Erlebnisgestalten«, Szenenausschnitte, Erinnerungen werden von der Betroffenen in der heutigen Erinnerung als »ich selbst als dieses damalige Kind« erlebt (abgekürzt: »das innere Kind«), das die jeweilige (traumatische) Szene erlebt hat, und nicht ein allgemeines »inneres Kind«, das es tatsächlich so nicht geben kann. Die Erinnerung kann, bei teilweiser (Gefühls-)Dissoziation, spontan vorhanden sein oder, bei kompletter Dissoziation, mit verschiedenen Mitteln (...) wiedergewonnen werden.“ (207).

Die Vorbereitung für die Rettung und die Rettung selbst wird mit den Mitteln der Imagination und des sicheren Orts durchgeführt, wobei die/der Erwachsene nicht nur für sich selbst einen sicheren Ort imaginiert, sondern auch die traumatisierten Kinder durch imaginierte Helfer an einen sicheren imaginierten Ort bringen lässt. Zugrunde gelegt wird hierbei die These, dass sich positive Vorstellungen in gleichem Maße wie entsprechende reale Handlungen auf das Gehirn auswirken (vgl. 206).

Bevor es zur imaginären Rettung der inneren Kinder kommt, sind einige Voraussetzungen zu erfüllen: Es sollte kein Täter- und kein Mittäterkontakt bestehen; die Patientin sollte äußerlich und innerlich stabil sein; es sollte einen sicheren imaginären Ort für den Erwachsenen geben und einen sicheren imaginären Kinderort, an den die inneren Kinder mittels idealer Helfer gebracht werden können. Es braucht einen therapeutisch günstigen Zeitpunkt und es ist von Vorteil, wenn der Therapeut bzw. die Therapeutin mit der Methode des EMDR (= Eye Movement Desensitization and Reprocessing) vertraut ist. Sind diese Voraussetzungen erfüllt, kann die Rettung der Inneren Kinder, bzw. der abgespaltenen Kindanteile beginnen (vgl. 221).

Die Methode des Inneren-Kinder-Rettens unterscheidet sich von der Expositionsmethode in drei Punkten: (1) Sie arbeitet nicht gegen die Dissoziation, sondern mit ihr. (2) Sie arbeitet mit der konstruktiven Vorstellung und nicht mit schmerzlicher Erinnerung. Diese wird nicht im Detail erinnert und auf keinen Fall durchgearbeitet. (3) Drittens wird dem Erwachsenen nur indirekt geholfen. Direkt geholfen wird den traumatisierten Kindanteilen, die sich seit der Traumatisierung danach sehnen gerettet zu werden.

Was die Methode nicht braucht, ist das Trauma noch einmal an einem sicheren Ort zu durchleben sowie das Erleben der imaginären Rettung im heutigen Erleben und damit die Auflösung „der dissoziativen Gefühlsblockade“ (vgl. 205–206).

Als Basis für ihre Methode des Inneren-Kinder-Rettens nennt Gabriele Kahn zu Beginn des Buches folgende Autoren, wissenschaftliche Konzepte und Methoden: Die Einführung der imaginativen Methode in die Traumatherapie durch Luise Reddemann und Michaela Huber; das Konzept der strukturellen Dissoziation von Onno van der Hart, Ellert Nijenhuis und Kathy Steele; den Ego-State Ansatz nach Watkins für die Stabilisierung der Patienten. Zusätzlich verwendet sie auch die EMDR-Methode (= Eye Movement Desensitization and Reprocessing) und die Brainspotting Methode von David Grand (vgl.15/16).

Lesenswert ist dieses Buch für alle Musiktherapeuten, die mit traumatisierten Patienten arbeiten und sich für die therapeutische Arbeit mit dem Mittel der Imagination interessieren.

Gut nachvollziehbar sind die einzelnen therapeutischen Schritte vom Auffinden der dissoziierten Kindanteile, über die Phase der Stabilisierung bis hin zur Rettung der Inneren Kinder, auch weil sehr anschaulich auf einzelne Patientinnen und Therapieverläufe Bezug genommen wird. Der Text auf der Rückseite des Buches empfiehlt es einerseits für Therapeutinnen als Manual und andererseits für Betroffene als Wegweiser.

Henrike Roisch, Musiktherapeutin, München

Klaus Leidecker: Musik als Begegnung. Schöpferisches Handeln zwischen Pädagogik und Therapie.

Reichert Verlag Wiesbaden 2002,
154 Seiten, 18,00
ISBN 3-89500-256-9.

Die erste Hälfte des Buchs „Musik als Begegnung“ stellt eine Zusammenfassung an Vorträgen und Schriften des Autors Klaus Leidecker dar. In der zweiten Hälfte wird unter der Überschrift „Klänge der Betäubung“ die musiktherapeutische Arbeit mit Alkoholikern vorgestellt, wobei in der Reflektion die morphologische Perspektive betont wird.

Im ersten Teil werden in den Vorträgen und Schriften eine breite Vielfalt an Themen aus dem musikpädagogischen und -therapeutischen Umfeld wie elementare Musik, Orff-Schulwerk, akustische Ökologie und Musikanthropologie behandelt. Der kreativ-schöpferische Ansatz, zu dem Leidecker ermutigt, findet sich nicht nur in den Inhalten, sondern auch in der formalen Gestaltung der Artikel wieder. Die subjektiv und lebendig dargestellten Ideen sind durch eine Reihe an Skizzen, Ausschnitten aus Gedichten und Notenpartituren ergänzt, die den Leser neugierig machen und zum Stöbern einladen.

Der zweite Teil des Buchs gibt eine praktisch-anschauliche Darstellung der musiktherapeutischen Arbeit des Autors mit Alkoholikern im stationären klinischen