Das „Windhorse-Modell“ der Bewältigung psychotischer Krisen

Gesundheitsorientierung und die Einbeziehung von Bürgerhelfern in das Projekt einer therapeutischen Gemeinschaft

Hans Kaufmann


Es gibt eine Genesung – in einer gesunden Umgebung


Ein Arbeitsmodell der Psychose


Desynchronisation von Körper und Geist

Desynchronisation von Körper und Geist entsteht aus der zunehmenden Konzentration des Menschen auf innere Bewußtseinsprozesse, wodurch die Balance in der Beziehung zur Umwelt verlorengeht. Wir kennen wahrnehmend, die in der Psychopathologie vor. Ein Buch, ein Film, eine Diskus- sion, Streit, Verleiblichkeit, die Arbeit an einem Vortrag u. v. m. können uns manchmal so absorbieren, daß wir den Kontakt zum Körper und zur Um- welt verlieren. Wir werden dann vielleicht „zurückgebolt“, wenn wir still- sind oder ein Glas umwerfen, den Tasse aus der Kanne nahmen und die Tasse schütteten oder am Gehsteig voll gegen die Stange eines Verkehrsschildes laufen. Die Absorption, geistige Abwesenheit oder Desynchronisation kann unterschiedliche Schweregrade annehmen, die in der Erfahrung einer Psy- chose kumulieren. Mit Desynchronisation wird ein Erleben von „Abrein- rung des Bewußtseins“, der eigenen Identität, vom Körper beschrieben. Podwoll verwendet dafür auch eine – von einem Betroffenen wiedergege-
bene – Beschreibung, nämlich „an zwei Orten gleichzeitig sein“. Er leitete aus seinen Erfahrungen mit psychotischen Menschen eine allgemeine Regel für die Therapie ab: Alles, was die Synchronisation von Körper und Geist fördert, begünstigt auch das Auftreten von „Inseln der Klarheit“ und der Genussprozeß.

Was sind eigentlich „Inseln der Klarheit“?


Basisbetreuung – eine Form therapeutischer Pflege

Phasen des Heilungsprozesses


In der zweiten Phase der Genesung wird langsam deutlich, daß Macht und Einfluß der Wahnwelt nachlassen. Es entstehen nun vermehrt Lücken, Unterbrechungen in der „Wahnmöglichkeit“. Gleichzeitig damit steigt die Möglichkeit der Synchronisation von Körper und Geist, was sich auch in einer zunehmenden Fähigkeit, zwischen Innen- und Außenwelt zu differenzieren, ausdrückt. Mehr Interesse an der Außenwelt taucht auf, mehr Bereitschaft, sich auf Kontakte und Verantwortung im Haushalt einzulassen.


Medikamente

Ein Beispiel praktischer WH-Arbeit

„dunkle und helle Segel
Süße und Sauren
die Freunde anrufen
im Sturm ...“ (Lis)


Diesen Zeitpunkt auch hatte, war, daß es für sie keinen heilsamen Weg ohne ihr Kind geben kann. Der praktische Hinweis, den sie damit gab, war, daß sie einerseits Unterstützung wünschte bei der Wiederaufnahme der ganz einfachen Babypflege, denn sie hatte jedes Vertrauen in das Gelände der erforderlichen praktischen Handgriffe verloren, andererseits glaubte sie, daß ihr nicht zwi zgenommen werden sollte, weil sie bemerkt hatte, daß dies ihre Depression verstärkte. Ich fand es wichtig herauszustrich

en, daß Lisa psychotische und depressive Krise ausdruck ihrer Wider

stände war, in die Mutterrolle einzutreten. Jede konventionelle Behand

lung hätte aber die Distanz zwischen ihr und dem Kind vergrößert. Nur mit einer Betreuung, die im Idealfall auf die ganze Familie in ihrem eigenen Lebensbereich ausgerichtet ist, war es möglich, daß Lisa die Widerstände erleben, erkennen, begreifen und verändern konnte” (A).

Die WH-Arbeit mit täglichen Schichten und wöchentlichen Teamsitzun
gen in der gewohnten häuslichen Umgebung wurde wieder aufgenommen. Mit der schweren Depression zu arbeiten erforderte von allen eine vollkom
 ner sterile Umgebung. Das Team schätzte Lisa nun „krän

ker” ein als vorher in der manisch gedrehten Phase. Lisa beschrieb ihren Zu

stand als „die dunkelste Zeit” ihres bisherigen Lebens. Zeitweise bewegte sie sich in Phantasien einer szenischen „Lösung”, die aus einer verzweifelten Such

e nach Befreiung von all diesen Leiden entsprang. Die Krise miteinander durchzusuchen, war zeitweise eine Grotzwanderung und konnte dann zu einer langen Aufwärtsbewegung führen. Was Lisa dabei aufnahm, war glücklicherweise nicht ihr Leben, sondern es waren ihre Vorstellungen da

von, wie sie „sein sollte”. Sie begann langsam, den erbitterten inneren Kampf gegen die Depression aufzugeben, ebenso wie ihre hohen Ansprüche, wie „gut”, „gesund, leistungsfähig, zuwendungsfähig usw. als Mut

ter sein sollte. Das ermöglichte eine zeitweilige Öffnung, ein Bemühen und
dann auch Wertschätzung von kleinen Veränderungen, v. a. in der Beziehung

dazu Sohn. „Inseln der Klarheit” begannen sich hier in der und durch die

Entwicklung der Beziehung zu ihm zu manifestieren – anfangs für sie

schockierend. In der psychotischen Phase hielt sie selten offen, ihr zuge

wiesenen Blick nicht aus. Er versetzte sie in Panik. Sie konnte ihm nicht standhaft. Dann gewöhnte sie sich langsam „sich hintastend” daran, ließ sich immer mehr darauf ein, bis dann beide immer mehr aufleben in dieser Be

gegnung der Blick und dem Einander-Finden in der Beziehung. „Es geht mir langsam besser mit ihm … aber ich kann noch immer nicht alles tun …”, „heute konne ich sogar mit ihm sprechen …”, „er schaut mich oft ganz lange an … und ich ihn auch … und spür” nicht mehr das Be

dürfnis, Oberhand gewinnen zu müssen.“ Solche Bemerkungen markierten die Entwicklung ihrer Beziehung zum Kind gleichzeitig die Entwick

lung ihrer Wachheit und „Synchroniserheit” mit ihrer Umgebung, die zu

erst durch die psychotische Krise und dann durch den Rückzug in die De

pression verloren gegangen waren. Ein anderes wichtiges Merkmal ihrer Heilungsprozesse waren das langsame Entstehen von Vertrauen in einen „Weg”, in die Möglichkeit kleiner, bewältigbarer Schritte sowie vermehrt

Mia, neue, noch angastige Schritte zu tun. Solche Schritte bestanden z. B.