2.5 Psychoanalytische Therapie (Langzeittherapie)

Indikationen:
Eine psychotherapeutische Behandlung ist angezeigt bei Patienten, die an einer neurotischen Erkrankung, insbesondere an einer Symptomneurose leiden, und bei denen erwartet werden kann, dass sie über einen regressiven therapeutischen Prozess dauerhaft eine strukturelle Veränderung ihrer Persönlichkeit erreichen können. Die Methode ist auch bei Persönlichkeitsstörungen indiziert.

Kontraindikationen:
Psychosen, psychotisches Residuum, Oligophrenie, schwere Depressionen, schwere Zwangserkrankungen.

Voraussetzungen:
Der Patient muss introspektionsfähig sein, längerfristig darauf verzichten können, seine neurotischen Bedürfnisse unmittelbar zu befriedigen, sich auf den psychoanalytischen Dialog einlassen können und über Frustrationstoleranz verfügen.

Psychoanalytische Diagnostik:
In den Blick genommen wird die Grundprägung eines Menschen, die sich in seinen (interpersonellen) Beziehungsmustern sowie in seiner Lebenshaltung und Gefühlen zu sich selbst (individuelle Beziehungsgestaltung) zeigt.

Psychoanalytische Vorgehensweise, grundlegende Schritte:

1. **psychoanalytisches <u>Arbeitsbündnis</u>**
2. **Herstellung einer <u>Übertragungsneurose</u>**
3. **Bearbeiten des <u>neurotischen Materials</u>**
4. **Stabilisierung, <u>Integration</u>**

Wirkfaktoren:

- **Beziehung**:
  - Erfahrung eines Gegenübers (Therapeut), das Gefühle von Schmerz, Wut, Trauer, Zwang usw. wohlwollend aushält bzw. annimmt
  - partielle Identifikation mit neu entdeckten Verhaltensweisen, Einstellungen, Gefühlsqualitäten des Gegenübers (Therapeuten) und Aneignung neuer eigener Qualitäten außerhalb der Elternwelt
- **Regression**: Wiederauftreten kindlicher Verhaltensweisen, Bewusstwerden verschütteter Kindheitserfahrungen
- **Nachreife**: Integration eigener abgewehrter Anteile durch Einsicht und Erfahrung (Erkennen und Durcharbeiten)
  - Entwicklung einer von Gefühlen getragenen Einsicht
  - Aussöhnung mit Neid, Wut, Rache; Anerkennen eigener Grenzen
  - Nachreife stagnierender Entwicklungsschritte (gereifte Persönlichkeit)