



Stressorbasierte Psychotherapie

Peter Niederhuber

Kloster Irsee, 1. Juni 2019

Agenda



- Warum macht eine stressorfokussierte Sichtweise Sinn?
- Stressorkompensatorisches Schema
- Gedächtnis - Rekonsolidierung
- Stressorfokussierte Behandlungsplanung
- Fallbeispiel



Belastende
Kindheitserfahrungen sind
die Hauptdeterminanten
für Gesundheit und
soziales Wohlergehen im
Erwachsenenalter



Ohne belastende Kindheitserlebnisse...

- 50 % weniger Drogenmissbrauch
- 54 % weniger Depression
- 65 % weniger Alkoholismus
- 67 % weniger Suizidversuche
- 78 % weniger iv. Drogenkonsum

Dube, S.R., Felitti, V.J., Dong, M., Chapman, D.P., Giles, W.H., and Anda, R.F. (2003) Childhood abuse, neglect, and household dysfunction and the risk of illicit drug use: the adverse childhood experiences study. *Pediatrics*

Adverse Childhood
Experience (ACE)
Dr. Vincent Felitti

Belastungsfaktoren
(17.400 Erwachsene \varnothing
58 Jahre) bis zum 18.
Lebensjahr

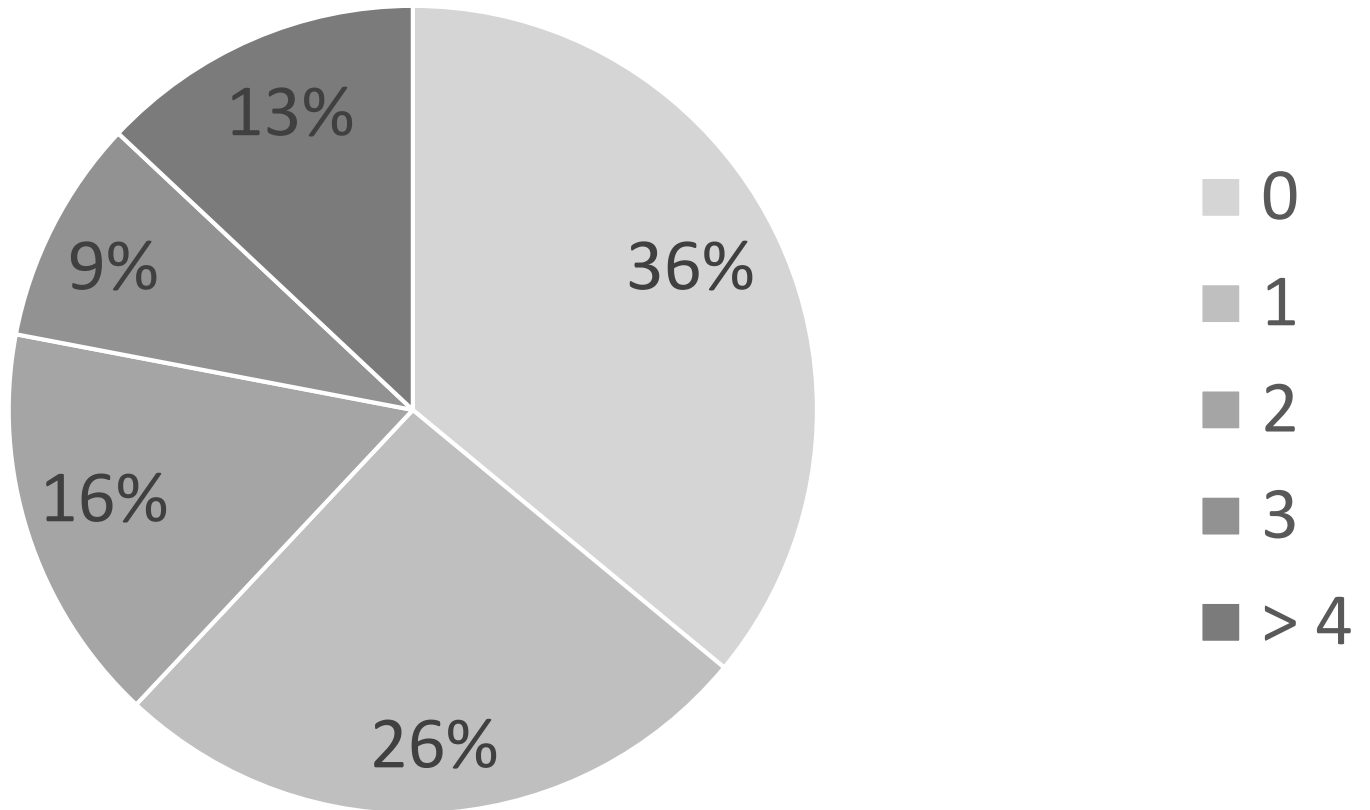
Felitti et al. (1998, 2002,
2003) – die Ergebnisse
wurden durch weitere
Untersuchungen belegt





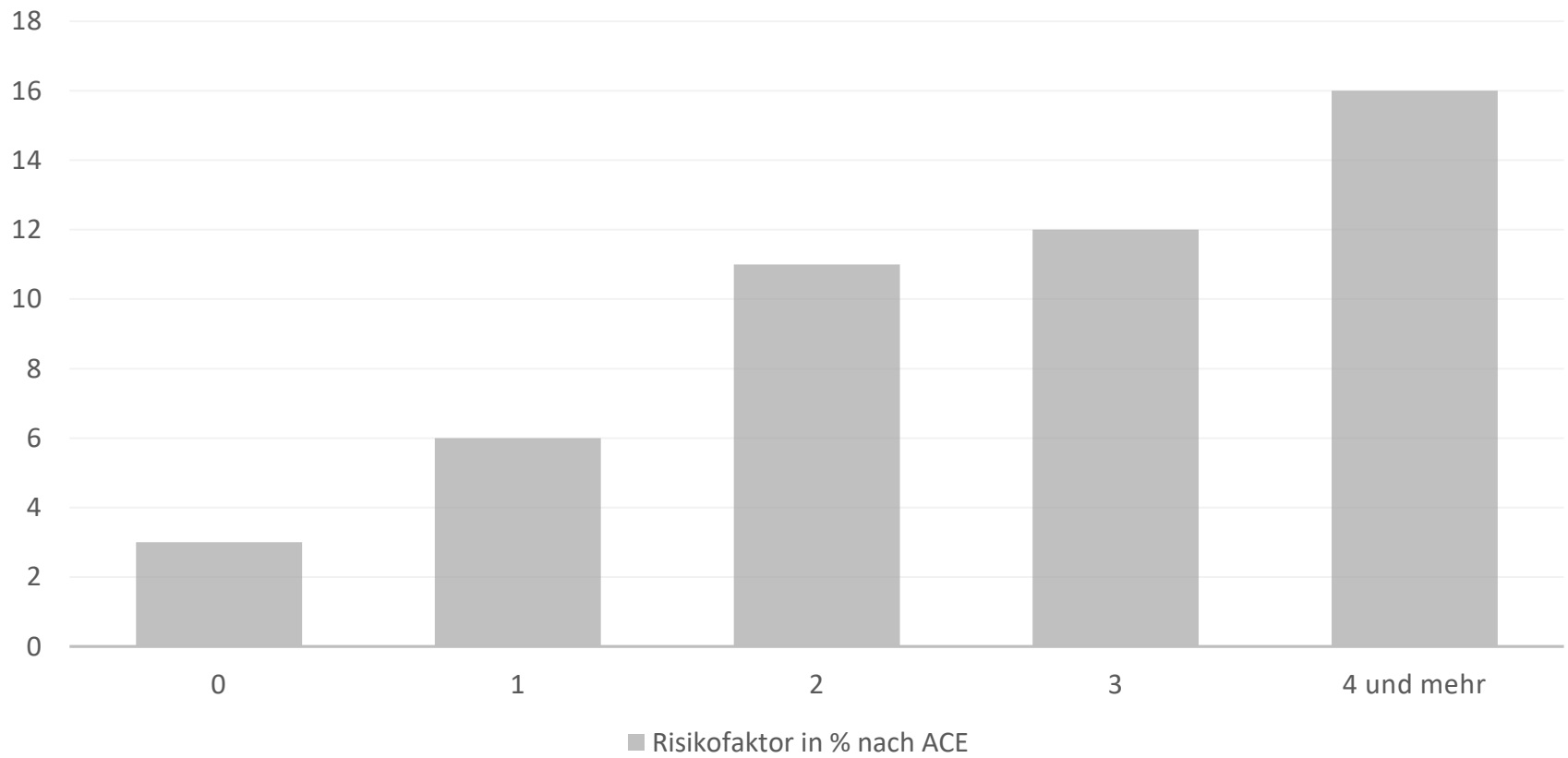
Häufigkeit nach ACE Score

Spalte2



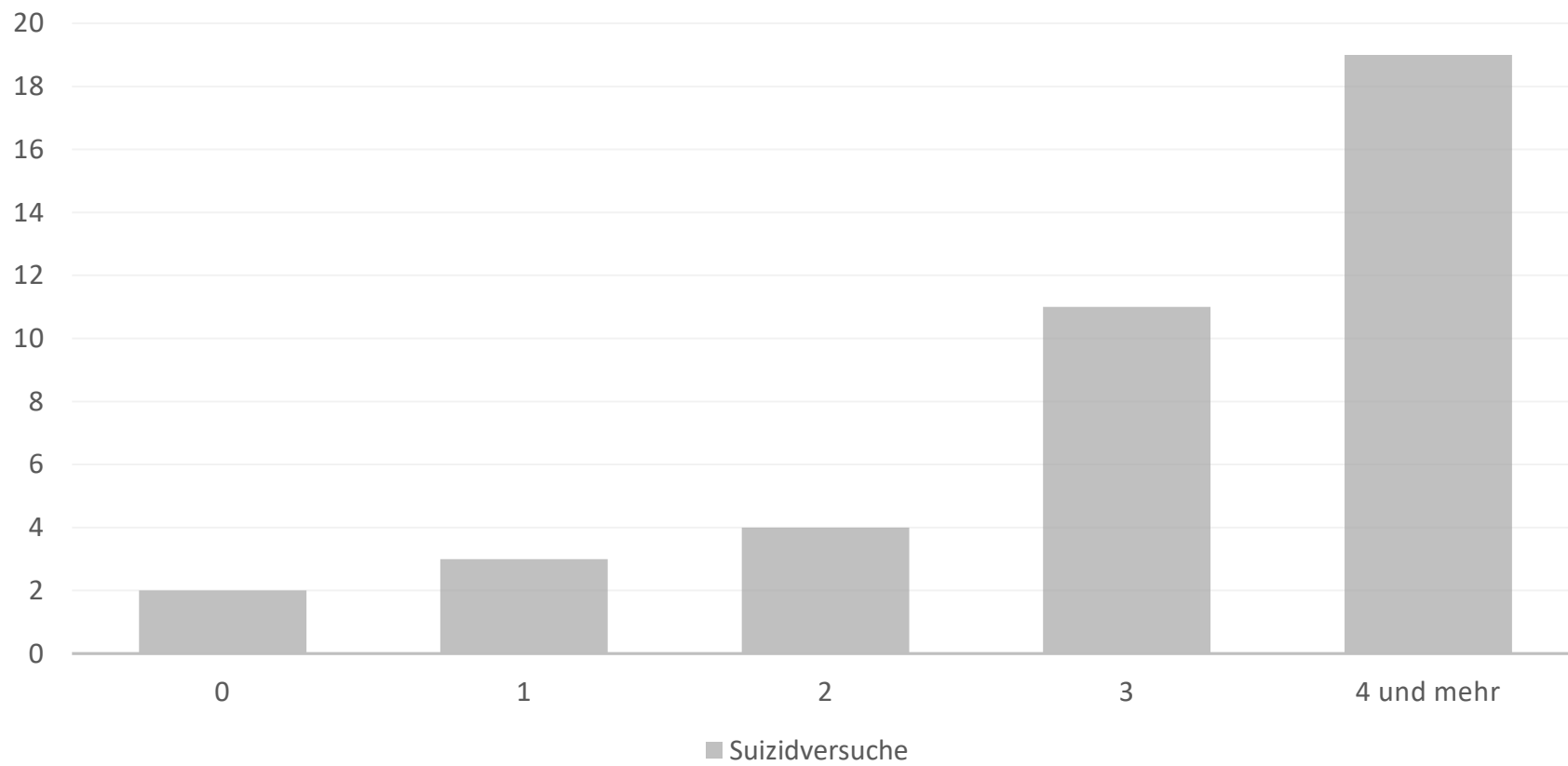
Alkoholkonsum im Erwachsenenalter

Risikofaktor in % nach ACE



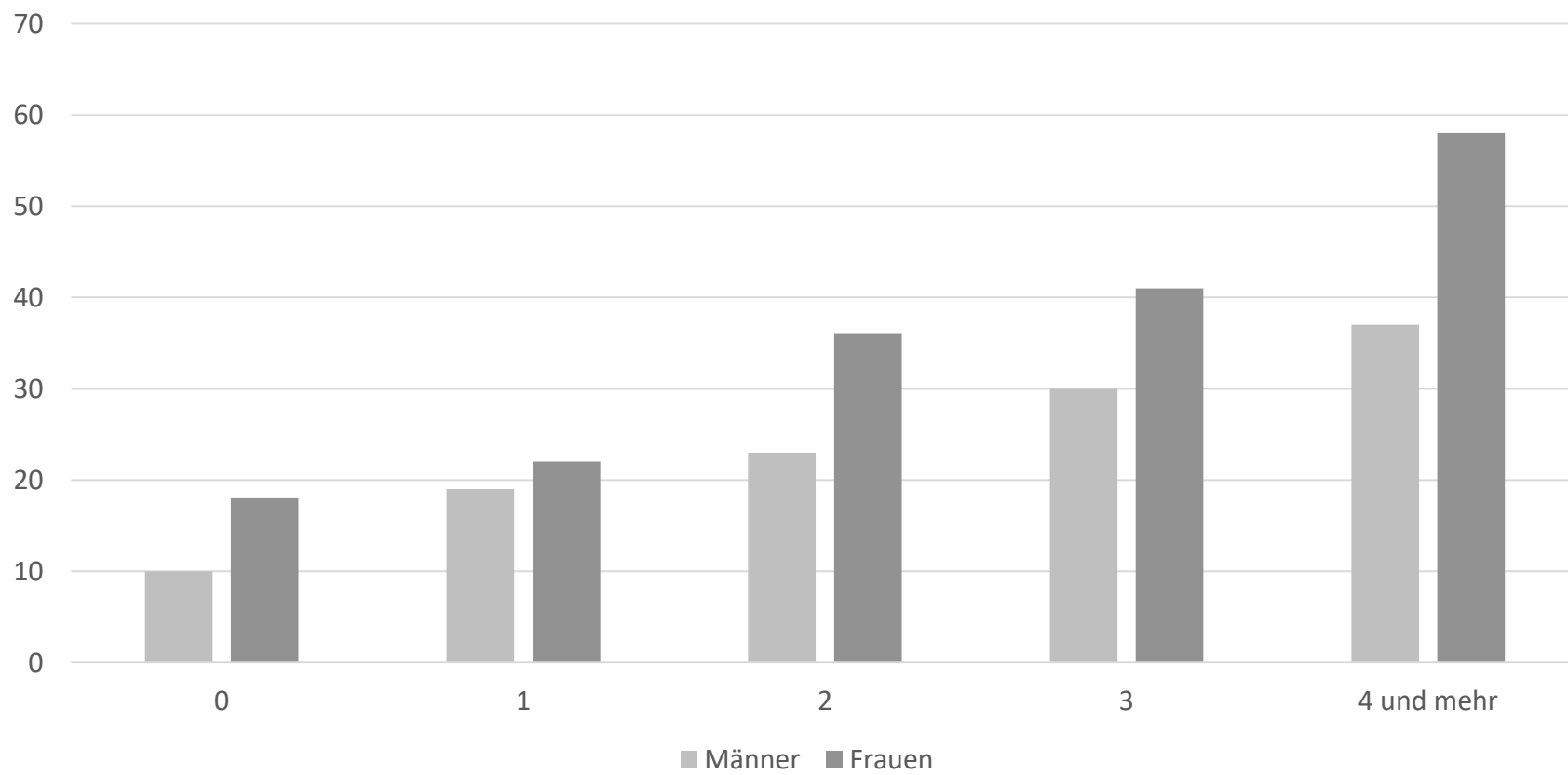
Suizidversuche

Erhöhtes Risiko in %



Chronische Depression

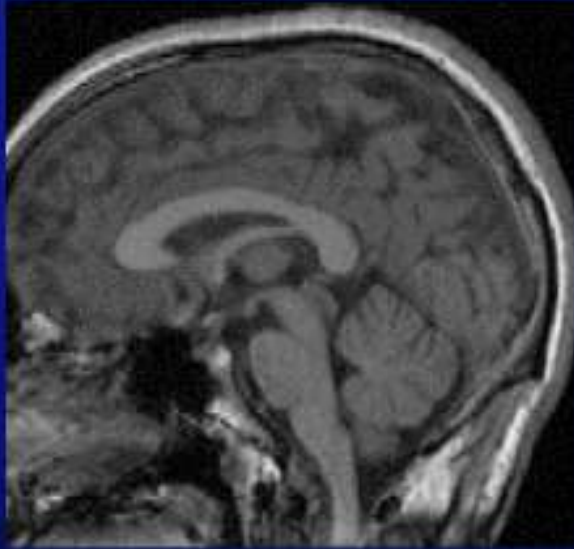
Erhöhtes Risiko in %



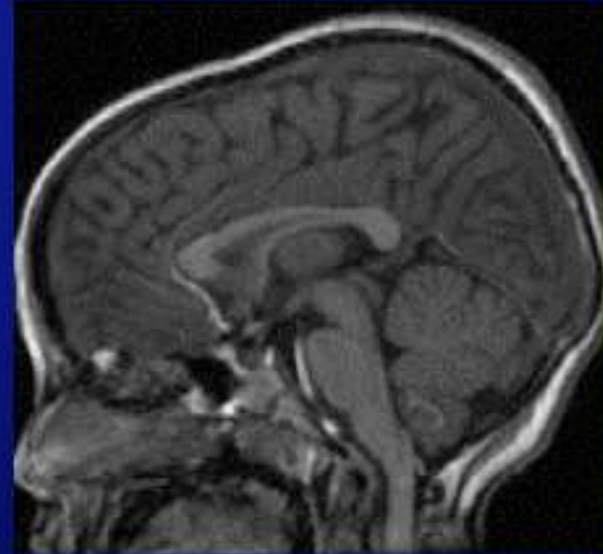
Bei einem ACE Wert > 5 sterben
Menschen 20 Jahre früher



Childhood abuse affects corpus callosum



Control



Neglect

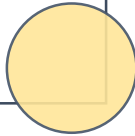
The morphology of the corpus callosum is significantly affected by early neglect (as well as physical abuse and sexual abuse).

Teicher et al. (2004) Biological Psychiatry 56, 80-85

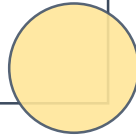
Zusammenfassung der Forschungsergebnisse



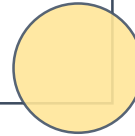
Risikofaktoren



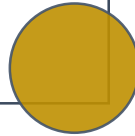
Belastende
Kindheitserfahrungen



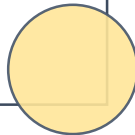
Unspezifische
schädigende Wirkung



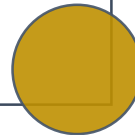
Dosis – Effekt



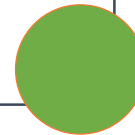
Kein Zusammenhang
zwischen Erfahrungen
und Pathologien



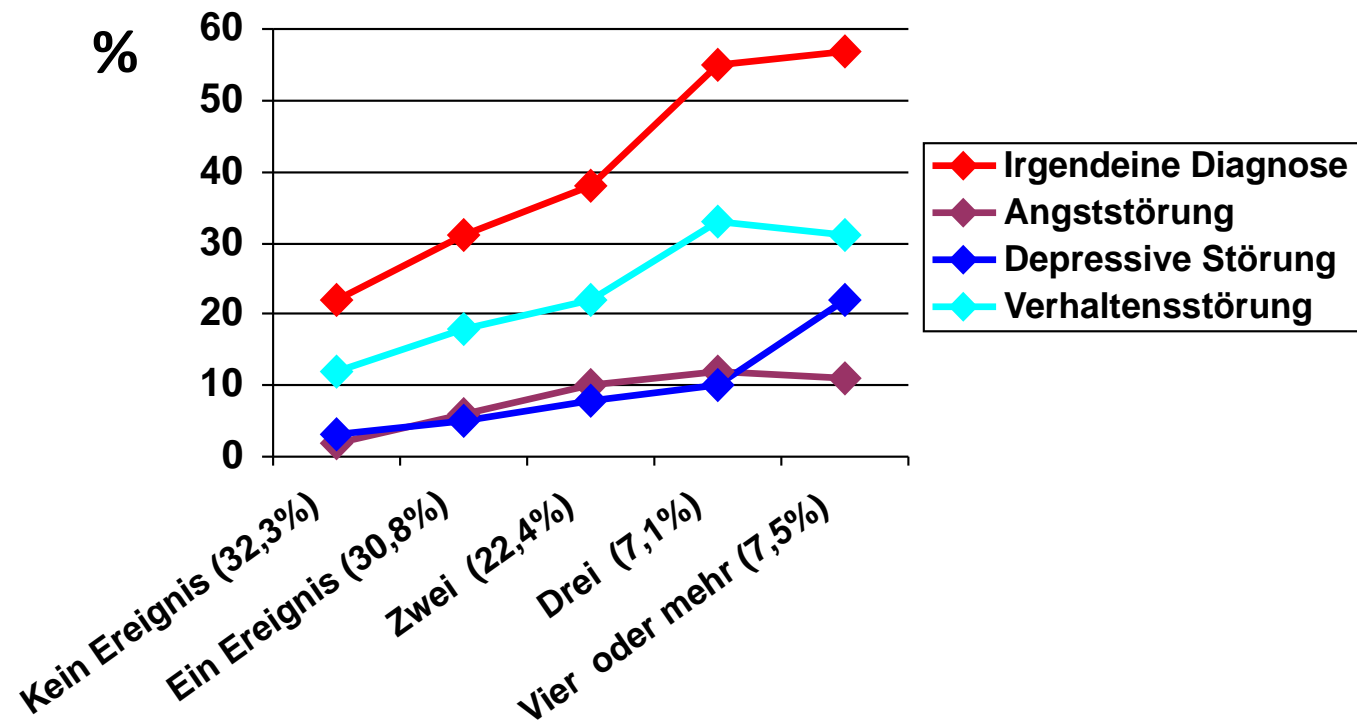
Interpersonelle
Gewalterfahrung



Phasen von großer
Vulnerabilität



Höhere Belastung hat stärkere Beeinträchtigung zur Folge



(Copeland et al., 2007)



Für ganz viele Störungsbilder (Depression, Sucht, bipolare Störungen, Störung des Sozialverhaltens) gibt es eine Untergruppe, die "Interpersonelle Gewalterfahrungen" in der Kindheit erlebt hat und die ein schwereres Störungsbild aufweist und nicht gut auf traditionelle Behandlungsansätze anspricht

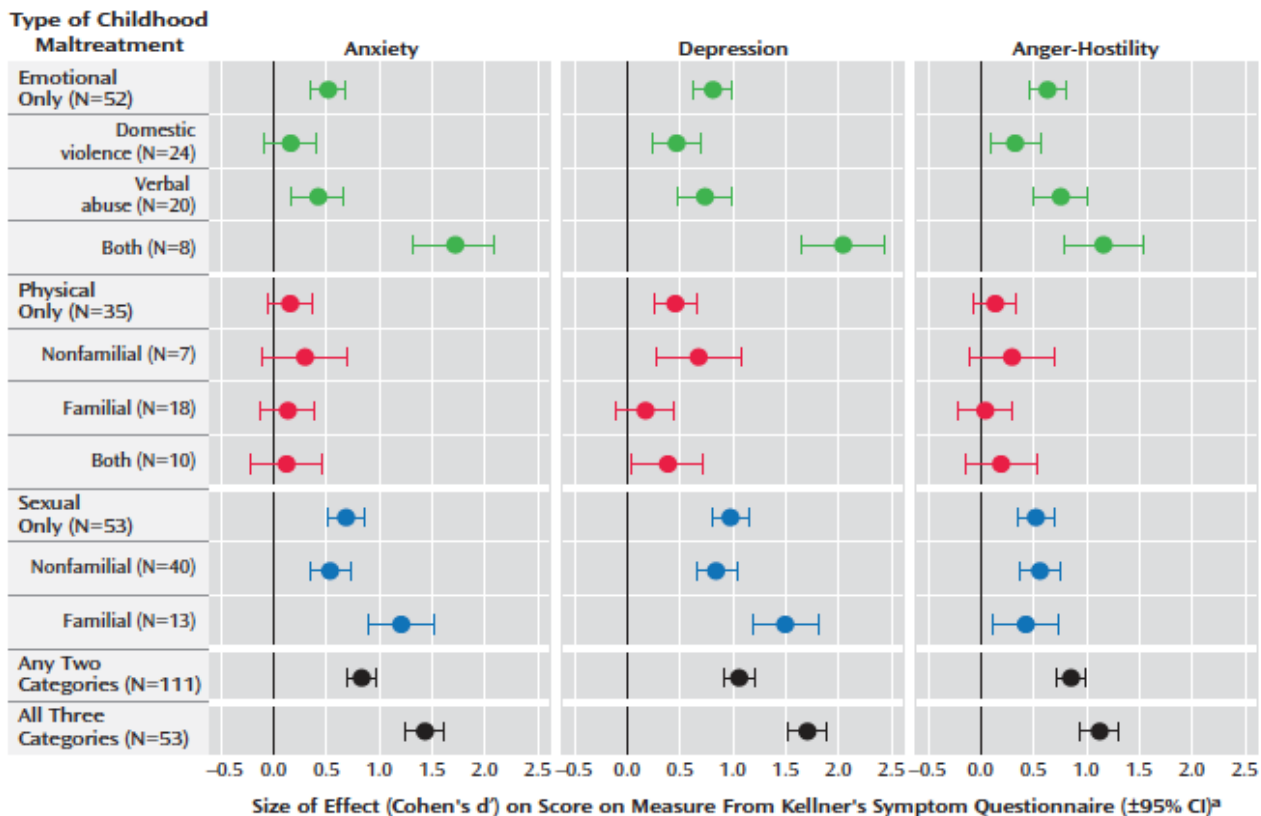
Martin Teicher, MD, PhD

Director, Developmental Biopsychiatry Research Program

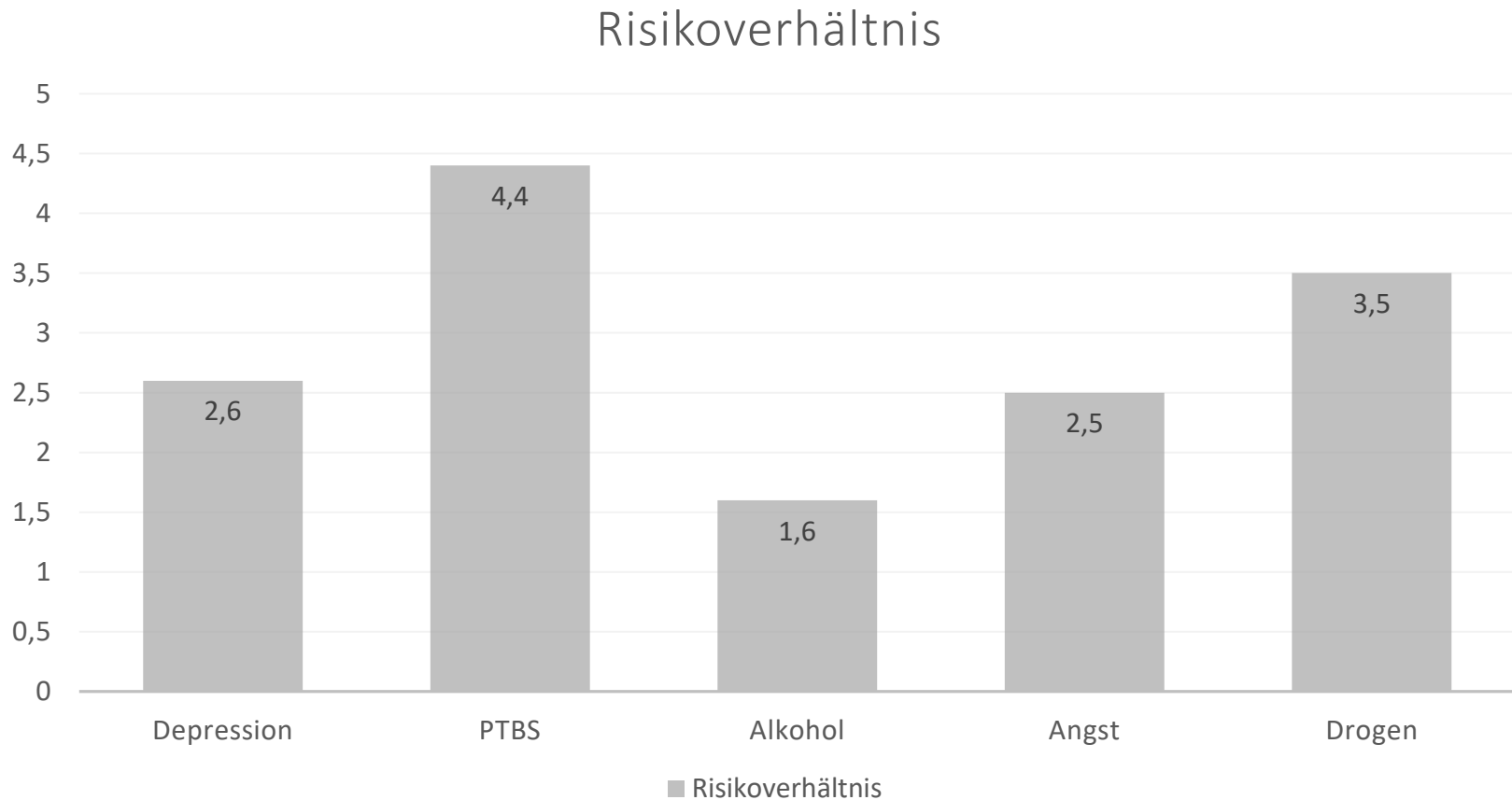
Associate Professor of Psychiatry, Harvard

Interpersonelle Gewalterfahrungen haben unterschiedliche schwere Folgen (Teicher, 2006)

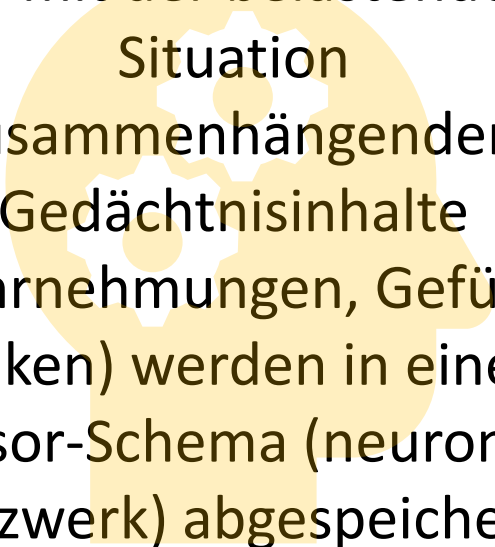
FIGURE 3. Effects of Childhood Maltreatment on Ratings of Anxiety, Depression, and Anger-Hostility of 554 Young Adults



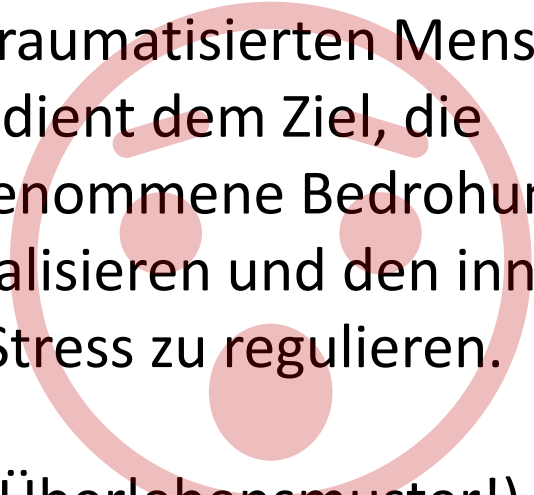
Interpersonelle Gewalterfahrung in der Kindheit erhöhen das Risiko



Das stressor-kompensatorische Schema (Symptom)

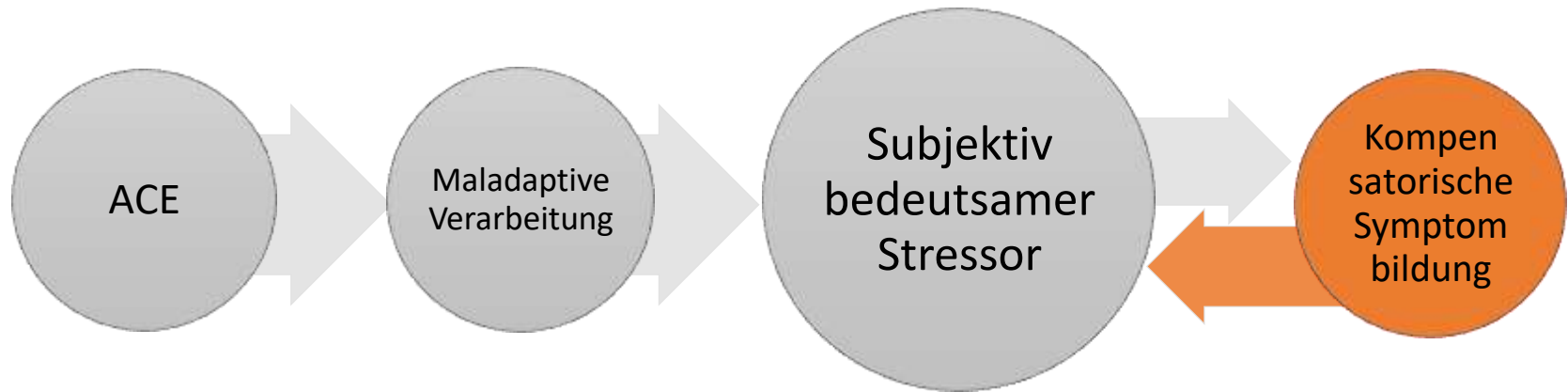


Die mit der belastenden Situation zusammenhängenden Gedächtnisinhalte (Wahrnehmungen, Gefühle, Denken) werden in einem Stressor-Schema (neuronales Netzwerk) abgespeichert.



Das symptomatische Verhalten eines traumatisierten Menschen dient dem Ziel, die wahrgenommene Bedrohung zu minimalisieren und den inneren Stress zu regulieren.
(Überlebensmuster!)

Das Störungsmodell



Die Symptomatik hilft

1 Kontrolle zu empfinden

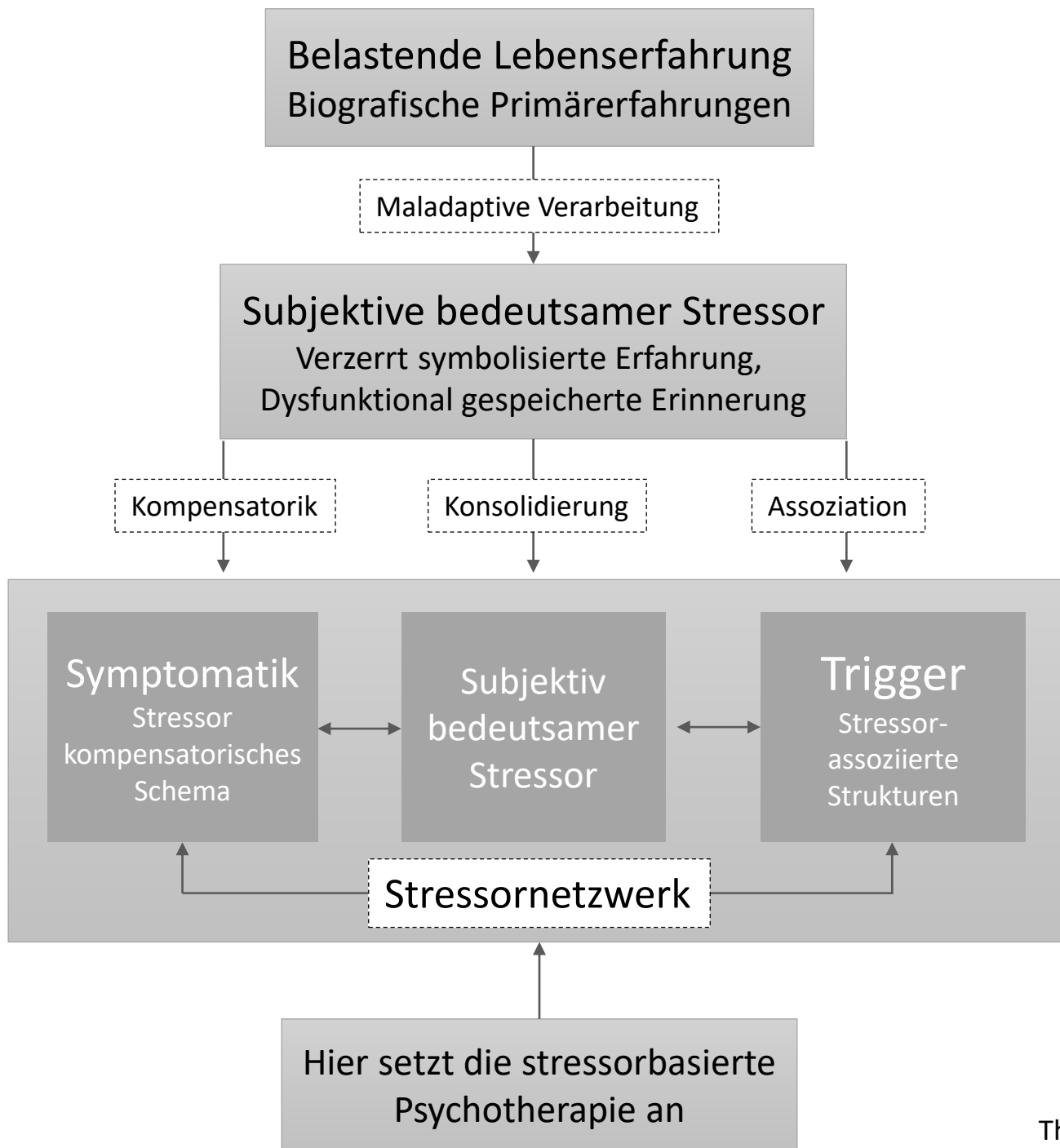
2 Belastende Gefühle zu vermeiden

3 Sich zu betäuben

4 Spannungsabfuhr zu bewirken

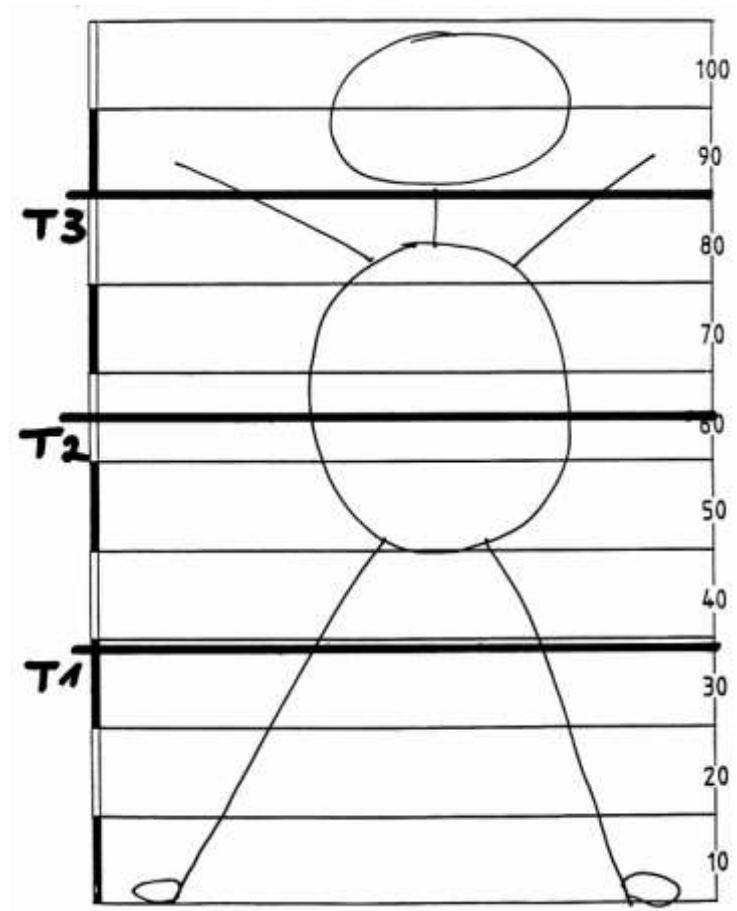
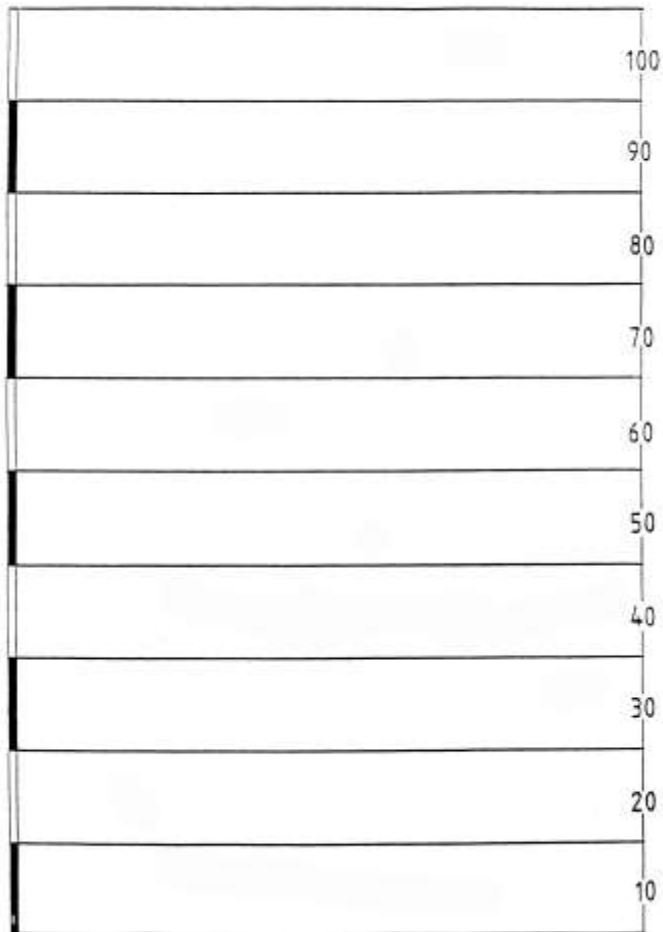
5 „Gute Erfahrung“

6 Komplexität zu entwickeln



Stressorbasierendes Verstehensmodell

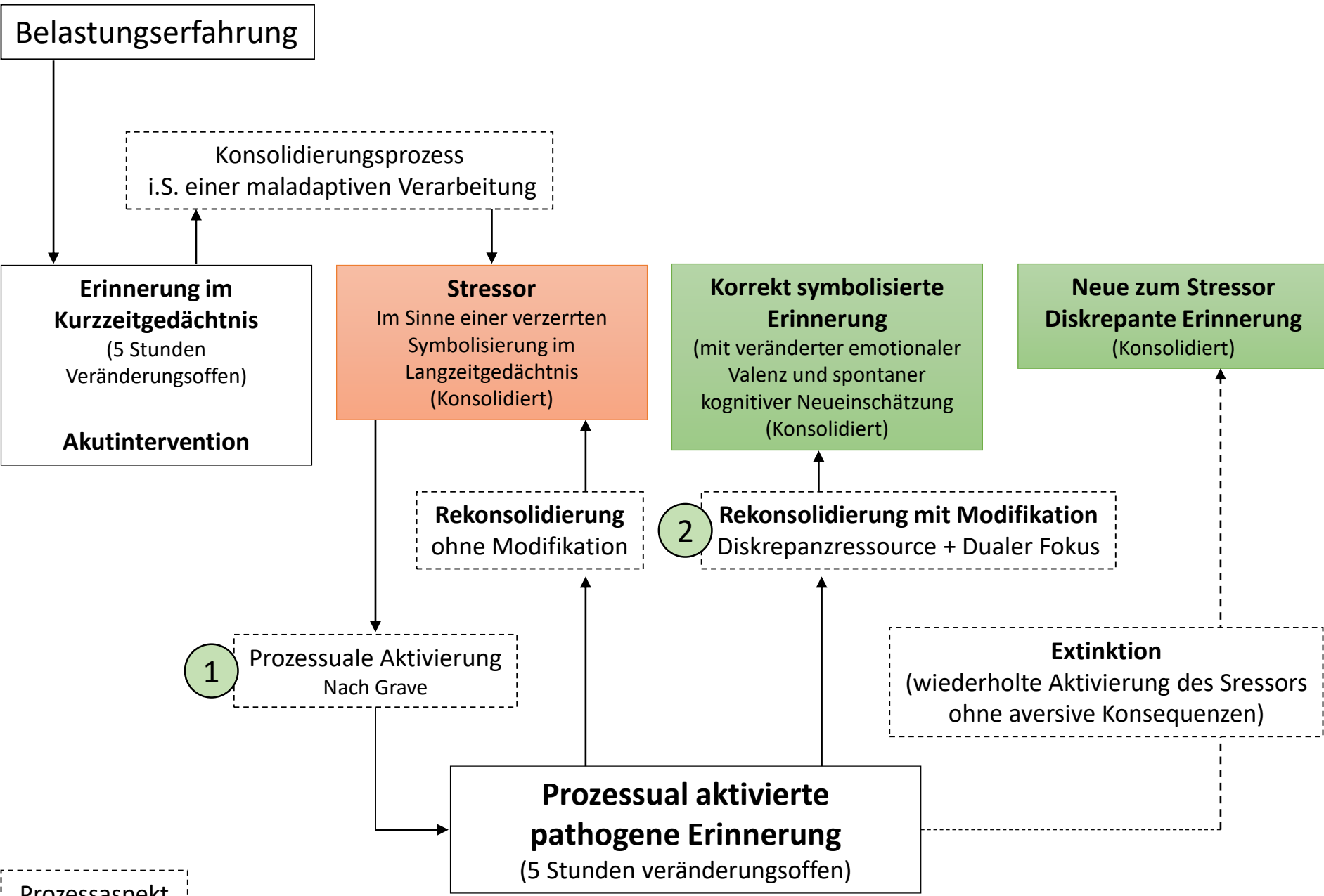
STRESSBAROMETER





**Gedächtnisrekonsolidierung
– Ein neues Paradigma
psychotherapeutischer
Transformationsprozesse**





Prozessaspekt

Strukturaspect

Traumazentrierte Ansätze



Tf-KBT (Traumafokussierte Kognitiv-behaviorale Therapie)



EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing)
Fr. Shapiro



PC (Progressive Counting)
Dr. Ricky Greenwald



EST (Ego State Therapie)
Watkins & Watkins



IRRT
(Imagery Rescripting & Reprocessing Therapy)



TRIMB
(Trauma Rekapitulation with Imagination Motion and Breath)



SE (Somatic Experience)



Hypnotherapie



PITT
(Psychodynamisch Imaginative Traumatherapie)

PTBS und Suchtbehandlung?

Aktuelle Empfehlung: PTBS frühzeitig in die Behandlung der Sucht einbeziehen, jedoch eher im Sinne stabilisierender Maßnahmen (DeGPT)

Im Kontrast zu den aktuellen Leitlinien, nach denen traumafokussiertes Arbeiten empfohlen wird

Studien schließen eine komorbide Suchterkrankung jedoch häufig aus!

Sucht wird immer noch als Kontraindikation für eine traumakonfrontative Behandlung genannt

Nachgeordnete Traumabehandlung auch nicht sinnvoll, da Rückfällen Vorschub geleistet wird. (D. Kunzke)

Eine unbehandelte Abhängigkeitserkrankung lässt früher oder später jede Traumatherapie scheitern.

Kernelemente der Traumatherapie

- **Sicherer und strukturierter Rahmen** (Bedrohungsfreiheit)
- **Traumaspezifisches Beziehungsangebot**
 - Klientenzentrierte Grundhaltung (C. Rogers)
 - Komplementäre Beziehungsgestaltung (K. Grawe)
- **Informierte und motivierte Klienten** (+Bezugspersonen)
 - Gemeinsames Verstehensmodell (Splitter im Finger)
 - Informed Consent (begründigte Vereinbarung über Ziele Vorgehen)
 - *Gangwechsel* bei Vermeidungsverhalten
- **Ressourcenorientierten Vorgehen** (Bipolarität, Dualer Fokus)
- **Stressorbasierte Behandlungsplanung** (Hot Spot)

Trauma first

„Suche nach Traumata, belastenden Erfahrungen und Punkten emotionaler Stagnation und wende traumazentrierte Verfahren unabhängig von der Diagnose an.“ (Tinker, 2000)

Vorbereitung auf die Behandlung

- Entwickeln Sie eine stressorbasierte diagnostische Hypothese.
- Prüfen Sie, ob die Voraussetzungen für eine traumazentrierte Psychotherapie gegeben sind:
 - Gewährleisten Umfeld und Bezugspersonen eine ausreichende Stabilität, Unterstützung und Veränderungsbereitschaft?
 - Ist der Patient psychisch bereit für Traumaaarbeit?
- Integrieren Sie die Trauma-Arbeit in einen umfassenden Behandlungsplan.
- Konkretisieren Sie die Behandlungsziele, wählen Sie Targets aus und legen Sie gemeinsam mit dem Patienten die Reihenfolge der Themen fest.

Behandlungsalgorithmus

1. Anamnese und Behandlungsplanung
2. Vorbereitung und Stabilisierung
3. Aktualisierung und Einschätzung
4. Durcharbeiten (abhängig vom Verfahren)
5. Korrigierende Erfahrung
6. Integration
7. Überprüfung

Learning how to ask

- Why, when and how to ask about childhood abuse
John Read, Paul Hammersley, Thom Rudegear *Advances in Psychiatric Treatment* Feb 2007, 13 (2) 101-110;
- Patienten sprechen ungern darüber und haben wenig Veränderungshoffnung
- Therapeuten fragen nicht nach (Angst vor Retraumatisierung)

<http://apt.rcpsych.org/content/13/2/101.full-text.pdf+html>

Learning how to ask

- Essener Traumainventar (ETI, ETI-J) / Testzentrale
- Screening „Impact of Event Scale“
- Arbeitsblatt „Belastende Ereignisse“
- PROPS und CROPS
- Substanzbezogene Diagnosemanuale
- Eher allgemein „ICD-10-Symptom-Rating“

Merke: Die Indikation orientiert sich nicht in erster Linie an Diagnosen, sondern am Konzept der Traumafolgestörung und der Stressorbasierung.

Psychotherapie 

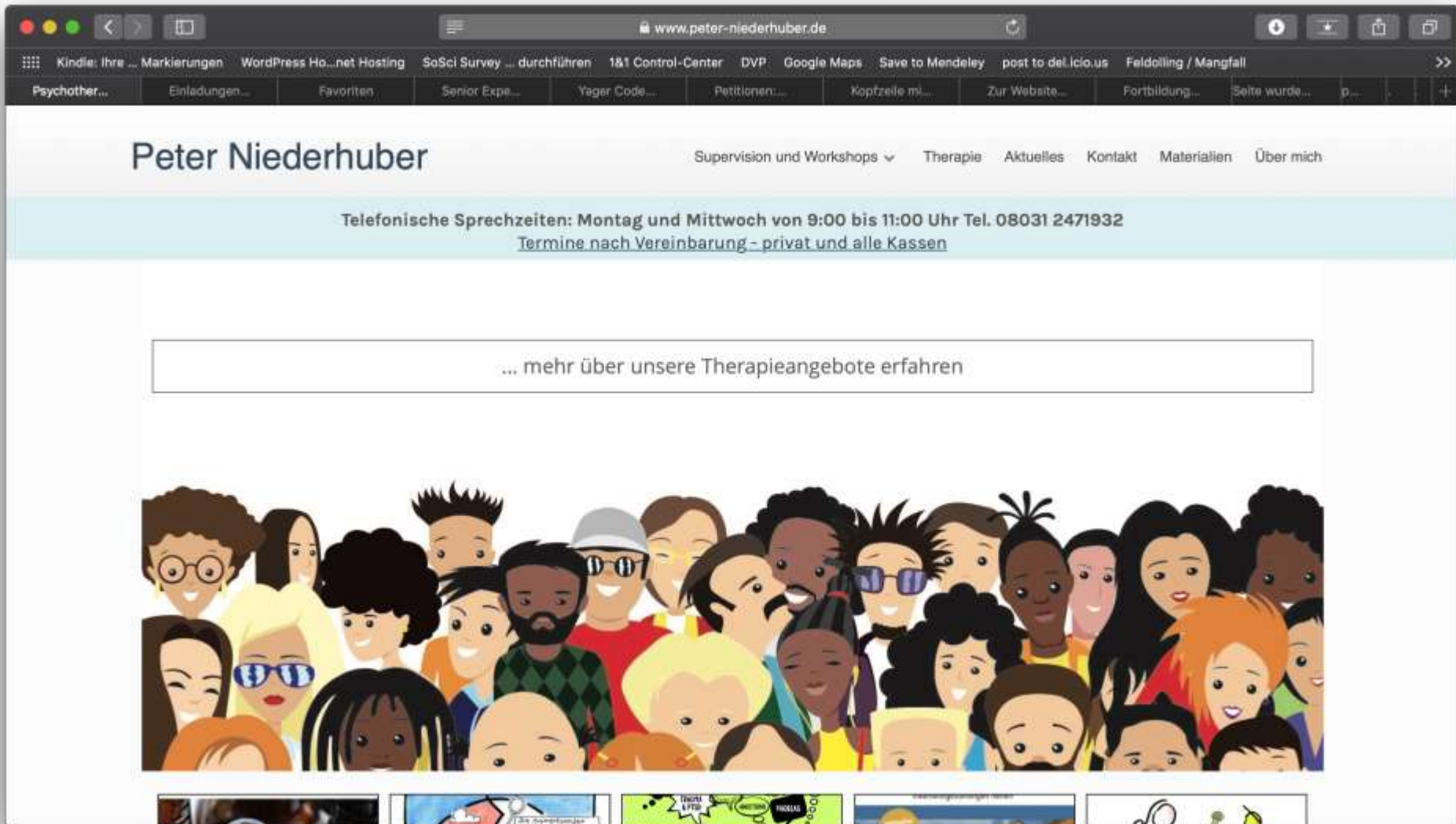
Thomas Hensel

Stressorbasierte Psychotherapie

Belastungssymptome
wirksam transformieren –
ein integrativer Ansatz

Kohlhammer

Vielen Dank für eure Aufmerksamkeit!



The image shows a screenshot of a web browser displaying the website www.peter-niederhuber.de. The browser's address bar and tabs are visible at the top. The website header features the name "Peter Niederhuber" on the left and a navigation menu on the right with items: "Supervision und Workshops", "Therapie", "Aktuelles", "Kontakt", "Materialien", and "Über mich". Below the header, a light blue banner contains the text: "Telefonische Sprechzeiten: Montag und Mittwoch von 9:00 bis 11:00 Uhr Tel. 08031 2471932" and a link: "Termine nach Vereinbarung - privat und alle Kassen". A white box with a thin border contains the text "... mehr über unsere Therapieangebote erfahren". Below this is a large, colorful illustration of a diverse group of people's faces. At the bottom of the page, there are several small, partially visible thumbnail images.