Familienkurs I

Vortrag vom 27.08.01 über

„Empowerment" von Schmerzpatienten

U. Davatz, www.ganglion.ch

I. Allgemeine Gedanken zur Funktion des Gehirns

Die Hauptaufgabe des Nervensystems besteht darin, den Organismus möglichst optimal an sein Umfeld anzupassen. Bei dieser Aufgabe kann man die Funktionen in zwei Teilfunktionen aufteilen, den afferenten oder sensorischen Teil und den efferenten oder motorisch-aktiven Teil. Dazwischen liegt das Verarbeitungsorgan, das Gehirn, man könnte auch sagen sensorisch gleich input, motorisch gleich output. Der sensorische Teil beinhaltet alle Sinneswahrnehmungen wie Augen, Nase, Ohren und Tastsinn. Zum Tastsinn gehört auch die Schmerzempfindung. In diesem Bereich muss auch die proprioceptive Wahrnehmung eingeordnet werden, d.h. die Wahrnehmung über sich selbst, d.h. über seinen eigenen Körper.

II. Funktion der Schmerzen

1. Der körperliche Schmerz

Die Schmerzwahrnehmung im Körper hat die Funktion, eine Gefahr aus dem eigenen Körper an die Zentrale, das Gehirn zu signalisieren. Dieser Schmerz kann eine Verletzung oder eine Dysfunktion eines Organs im Sinne einer Überforderung desselben signalisieren.

Ein überfordertes Gelenk schmerzt. Als sinnvolle Reaktion auf den Schmerz erfolgt meistens eine Ruhigstellung bzw. ein Schonverhalten diesem Körperteil gegenüber.

2. Der psychische Schmerz

Der psychische Schmerz tritt immer dann auf, wenn eine psychische Überforderungssituation besteht, eine psychische Verletzung, eine Kränkung, eine Beschämung, Schuldgefühle, Trauer, Verlustschmerz, Angst etc..

Auch der psychische Schmerz hat die Aufgabe, dem Individuum zu signalisieren, dass dieser psychisch in ein Ungleichgewicht, in eine Überforderung geraten ist

https://adhs.expert

und dass wieder ein Gleichgewicht hergestellt werden muss durch eine Veränderung der emotionellen Situation.

III. Erziehung und Schmerzempfindung

Die elterliche Erziehung des Kindes hat zur Aufgabe, dass dieses in seinem Verhalten möglichst optimal an sein soziales Umfeld angepasst wird, um ihm dadurch eine optimale soziale Überlebenschance bzw. einen sozialen Aufstieg zu ermöglichen.

Dieser soziale Auftrag in der elterlichen Erziehung passt nicht immer gleich gut zum Temperament bzw. den Anlagen des Kindes. Läuft der Erziehungsauftrag zu sehr den Eigenschaften des Kindes entgegen, wird das Kind durch eine Überanpassung ständig überfordert in seinem Sozialverhalten. Es wird gezwungen, gegen sich vorzugehen. Diese Situation erzeugt psychisches Unbehagen bis hin zu psychischem Schmerz.

Der psychische Schmerz des Kindes kann sich auf psychischer oder körperlicher Ebene zum Ausdruck bringen und bei den Eltern eine Verhaltensänderung zur Folge haben, welche den Schmerz wieder zum Verschwinden bringt.

- Bleiben die Eltern aber hart, d.h. unflexibel mit ihrem Erziehungsstil, zwingen sie das Kind weiterhin zur Anpassung an sich. Das Kind lernt sich mit der Zeit vermehrt zu verleugnen und kommt so wieder zu einer sozialen Anpassung, die an sich eine Fehlanpassung ist.
- Ein solche Fehlanpassung kann im Erwachsenenalter wieder zu Schmerz führen, ausgelöst durch eine Situation, die erneut zu einer psychischen Überforderung führt, oder die den eingelernten Anpassungsmechanismus zu stark überstrapaziert, so dass die Anpassung plötzlich nicht mehr möglich ist.
- Da das Umfeld, meist der Partner, diesen Schmerz überhaupt nicht einordnen kann und nach einer ersten Schonhaltung wieder zum normalen Alltag übergeht, bleibt der psychische Schmerz bestehen.
- Dies ist der Augenblick, da er dann häufig in einen körperlichen Schmerz überwechselt, wenn er nicht schon von Anfang an im Körper aufgetreten ist.
- Je mehr psychischer Schmerz in der Erziehung als unakzeptabel angesehen und unterdrückt wurde, umso mehr wird Schmerz nur im Körper wahrgenommen bzw. erlaubt.

https://adhs.expert

- Hier sind wir bei den psychosomatischen Störungen, bei welchen der seelische Schmerz nur noch auf Körperebene wahrgenommen und ausgedrückt werden kann.

IV. Therapeutischer Umgang mit psychosomatischem Schmerz

- Gehen wir von der Annahme aus, dass der psychosomatische Schmerzpatient gelernt hat, in seiner Erziehung den Eltern mehr loyal zu sein als sich selbst und seinem Temperament, so stehen wir vor der schwierigen Aufgabe eine Nach- oder Neuerziehung in bezug auf eigene Schmerzwahrnehmung vorzunehmen.
- Der psychosomatische Patient schädigt lieber sich selbst, als dass er den Eltern dysloyal wäre, er steht also vor einem grossen Dilemma.
- Wollen wir ihn jedoch erfolgreich psychotherapeutisch behandeln, müssen wir ihn dazu bringen, sich selbst vermehrt loyal zu werden und den Eltern bzw. ihrer Erziehung dysloyal. Dies löst natürlich Angst und Schuldgefühle aus, was wiederum psychischen Schmerz erzeugt.
- Damit der Patient fähig ist, dem elterlichen Erziehungssystem dysloyal zu werden, müssen wir ihn Kraft geben, Selbstbewusstsein und Ich-Stärke geben im Sinne des Empowerments.
- Je mehr Stärke wir ihm geben können, umso eher ist er bereit, seinen Schmerz als Veränderungsmethode des Sozialsystems aufzugeben und an seine Stelle aktive verbale Kommunikation zu setzen, die dann tatsächlich zu einer Veränderung im solzialen System führt.
- Aus diesem Grunde sollten psychosomatische Schmerzen nicht mit Schmerzmitteln unterdrückt und dadurch ihr kommunikativer Wert ausgeschaltet werden, sondern vielmehr in verbale Kommunikation umgemünzt bzw. übersetzt und dadurch eine dem Individuum angepasste Anpassung angestrebt werden.
- Die Fehlanpassung kann dann aufgegeben und das Individuum kommt zu einer für sich gesunden Lebensführung ohne die Beziehung zu den Eltern zu verlieren.
- Statt Schmerzmittel zur Unterdrückung Empowerment des Patienten, damit der Schmerz aufgegeben werden kann.

https://adhs.expert