

Aktuelle Mitteilungen für Ärzte und Therapeuten



LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

mit diesem Newsletter möchten wir Sie über die aktuellen Geschehnisse in der Heiligenfeld Klinik Waldmünchen informieren.

Besonders möchten wir mit einem Artikel auf die Eltern-Kind-Bindungstherapie eingehen.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen!

Tanja Meier
(Klinikmanagerin)

*„Achtsamkeit,
Präsenz und
Bewusstwerdung sind
auch Kernprinzipien
im Heilungsprozess.“*

ELTERN-KIND-BINDUNGSTHERAPIE

Seit Januar 2018 wird die Eltern-Kind-Bindungstherapie im Rahmen der Kerngruppenarbeit durchgeführt.

Es ist eng im Raum, es ist heiß und es wird laut werden. Eltern und Kinder sind im Therapieraum der Heiligenfeld Klinik Waldmünchen versammelt und üben an ihrer Wutkraft oder lassen sich liebevoll halten. Es sind zehn Eltern mit ihren Kindern, einige Einzelpersonen und mehrere Therapeuten im Raum. Es herrscht eine familiäre Atmosphäre, manche halten sich an den Händen. Die Kinder sind in der Nähe ihrer Eltern.

Bereits nach der Geburt ist das Neugeborene ganz nahe bei der Mutter, wird von ihr gehalten und genährt. Feinfühlig beantwortet sie die Bedürfnisse des Kleinen. Im Säuglings- und Kleinkindalter können mannigfaltige Störungen der Eltern-Kind-Bindung entstehen. Aus einem sicheren Bindungsverhalten kann ein unsicher-vermeidendes Verhalten werden, mit Verbergen von Gefühlen, Kontaktvermeidung und Überwiegen der Neugier auf Kosten der Bindung. Es kann ein

unsicher-ambivalentes Bindungsverhalten entstehen, indem eine starke Bindung besteht auf Kosten der Neugier aus Angst vor Trennung. Das Kind lässt sich kaum trösten. Plötzliche Ausbrüche der Aktivität mit nachfolgender Starre sprechen für ein desorganisiertes Bindungsmuster. In der heutigen Zeit nehmen Bindungsstörungen zu, in Folge der ansteigenden Zahl von Singles, Familien mit alleinerziehenden Müttern/Vätern, Gewalt in Familien und auch durch Verlust von Angehörigen.

Hier setzt die Eltern-Kind-Bindungstherapie an. Im haltgebenden Rahmen der Familienklinik und des geschützten Therapieraumes wird Vertrauen aufgebaut. Jedes Kind und jeder Erwachsene wird begrüßt und



erzählt von den gerade vorhandenen Gefühlen und woran sie in der Sitzung üben wollen.

Es ist möglich, die Wutkraft auszudrücken und zu spüren und sich anschließend von den Müttern/Vätern halten zu lassen, als Zeichen des Einverständnisses:

... auf dem Weg zu einem guten Leben!

„Ich bin okay mit meiner Wut und spüre dann meine Selbstbehauptungskraft.“ Manche Erwachsenen lassen sich liebevoll von anderen halten, halten Augenkontakt und erleben so Gefühle wie Nähe, Geborgenheit, Freude und Trauer, so ähnlich wie sie es als kleines Baby erlebt haben oder auch vermissen mussten. Über diese Nachnahrung und korrigierende Erfahrung „Ich bin okay mit meiner Wut“ und „Auch wenn es laut wird, bin ich sicher und brauche keine Angst zu haben“ werden frühere Erfahrungen wie z. B. Gewalt „über-

schrieben“ und machen neuen Erfahrungen Platz. Oft gehen Kinder in die Verantwortung für ihre psychisch kranken Eltern. In dieser Rollenumkehr können Kinder nicht mehr Kind sein, die Erwachsenen werden unselbstständig. In der Bindungstherapie macht der Erwachsene die Erfahrung, dass andere Erwachsene und Therapeuten für ihn da sind, und das Kind lernt: „Ich brauche Mama nicht trösten, das machen die Erwachsenen.“ ■

PROBLEME VON KINDERN MIT PSYCHISCH KRANKEN ELTERN

In der Heiligenfeld Familienklinik Waldmünchen haben wir viel Erfahrung damit, dass psychische Erkrankungen von Eltern sehr häufig typische Symptome und ausgleichende Verhaltensweisen bei Kindern hervorrufen. Diese sind häufig nur im familiären Zusammenhang zu verstehen. Wir können feststellen, dass Kinder nur zu bereit sind, sich dem erkrankten Elternteil tröstend zuzuwenden. Sie wollen etwas von der liebevollen Aufmerksamkeit zurückschenken, welche sie im Normalfall zu empfangen gewohnt sind. Dies ist zunächst auch nicht weiter problematisch, sondern viel mehr ein biologisch im sogenannten Bindungssystem verankertes Verhaltensmuster. Problematisch wird es erst, wenn dieser Zustand der Umkehrung des Gewohnten über eine längere Zeit anhält und beginnt „normal“ zu werden.

Wenn dann noch gewisse Risikofaktoren bei den Eltern (Trennung/Scheidung, Alkohol, Verlust des Arbeitsplatzes) hinzukommen, besteht die Gefahr der Entwicklung von psychischen Symptomen. Man spricht dann bei der beschriebenen Entwicklung vom „parentifizierten“ Kind. Im Extremfall findet sich das Kind in der Lage wieder, sich um den elterlichen Haushalt (kochen, putzen, usw.) sowie um den emotionalen Zustand des erkrankten Elternteils sorgen zu müssen.

Langfristig führt dies dazu, dass eigene Bedürfnisse vernachlässigt werden. Solche Kinder wirken sehr ernsthaft, wie kleine Erwachsene. Verloren gehen die typischen Merkmale der Kindheit, das Unbeschwertere, Spielerische, Verträumt-Fantasievolle.

Wie kann einer solchen Entwicklung entgegengewirkt werden?

Im Rahmen des stationären integrativen Settings der Familienklinik Heiligenfeld, dem „Waldmünchner Modell“, haben wir Erfahrungen sammeln können, mit denen die beschriebene Symptomspirale mit Auswirkungen wie der Parentifizierung gestoppt und umgekehrt werden kann. In drei Phasen der Therapie wird zunächst die dysfunktionale Beziehung benannt und mit der Dekonstruktion begonnen. Im nächsten Schritt beginnt eine Phase der Neuorientierung, an die die Entwicklung eines neuen Selbstkonzeptes anschließt. Dabei werden die Eltern angeleitet, sich mit ihren Bedürfnissen an andere Erwachsene, Therapeuten und Mitpatienten zu wenden. Die Kinder hingegen werden in ihrer Stützfunktion begrenzt und zur Kontaktaufnahme mit Gleichaltrigen hingeführt. Die Generationsgrenzen zwischen Eltern und Kindern werden dadurch verstärkt. Das verschobene Rollenverständnis kann somit gesunden. Ein typischer Wendepunkt eines Therapieverlaufs tritt dann ein, wenn die Eltern wieder stark genug sind, sich den Bedürfnissen der Kinder zuzuwenden. Im besten Fall kann das Kind in den Armen des Elternteils „loslassen“ und der Überforderung der zurückliegenden Krisenzeit durch Tränen Ausdruck verleihen. Es darf wieder „nur“ Kind sein. ■

ÖKOLOGISCHE AUSRICHTUNG DER KLINIK WEITER AUSGEBAUT



Nun haben wir zwei Projekte fertiggestellt, die die ökologische Ausrichtung der Heiligenfeld Klinik Waldmünchen weiter vertieft.

Wir haben auf den Dachflächen der Klinik eine Photovoltaikanlage mit einer Leistung von 50 KW/p errichtet. Die Anlage erzeugt im Jahr ca. 50.000 KW/h Strom. Den erzeugten Strom verbrauchen wir fast zu 100 Prozent direkt in der Klinik, was ökologisch und ökonomisch die beste und nachhaltigste Lösung darstellt. Lange Transportwege des erzeugten Stroms werden somit vermieden.

Wasser ist Leben und ist eine der ältesten Energielieferanten der Welt. Da wir uns mit den vier Elementen Wasser, Feuer, Luft und Erde sehr verbunden fühlen, und diese auch bereits bei der Fassadengestaltung aufgegriffen haben, haben wir uns dem ganzheitlichen Ansatz folgend dazu entschlossen, die Kraft des Wassers zu nutzen. Als weiteren Baustein der Energieversorgung haben wir ein Wasserrad in den durch das Klinikgelände fließenden Bachlauf gebaut. Die Anlage fügt sich sehr gut in das Stadtbild ein, und ist ein kleiner Beitrag zur umweltfreundlichen Stromerzeugung im Bereich der Energieregion Waldmünchen.

Das Wasserrad erzeugt im Jahr ca. 30.000 KW/h Strom, der wie bei der Photovoltaikanlage auch direkt in der Klinik verbraucht wird.

Durch unser Engagement im Bereich der Nachhaltigkeit, wie z. B. Fassadendämmung, Einbau neuer Fenster, Umstellung der Beleuchtungsanlage auf LED-Leuchtmittel und den jüngsten Projekten der Energieerzeugung ist es uns gelungen, den Energiebedarf der Klinik um ca. 30 Prozent zu senken und damit auch die Umwelt zu entlasten. ■

BILDUNGS- ANGEBOTE

Akademie Heiligenfeld
... Bildung inmitten von Leben!

Unsere ärztlichen und interdisziplinären Bildungsangebote in der Psychotherapie, Psychosomatik, Medizin, Pflege und Gesundheitswirtschaft qualifizieren auf ganzheitliche Weise und orientieren sich an modernen Leitlinien und menschlichen Werten.

Auf einige neue Fort-, Aus- und Weiterbildungen möchten wir Sie besonders hinweisen. Bereits im März 2019 startet der **Grundkurs der Zusatz-Weiterbildung Sozialmedizin** unter der Leitung von Dr. med. Frank Doht-Rügemer und Dr. Jörg Ziegler. Ebenfalls im März beginnt die elf-modulige Weiterbildung **Fachgebundene Psychotherapie**, die drei-modulige Fortbildung **Leadership in Gesundheits-**

einrichtungen sowie die Fortbildung **Die Kunst des Lebens – Kreativtherapie in der Psychosomatik**. Des Weiteren bieten wir die fünf-modulige **Fortbildung für Psychotherapeuten zum Thema „Hochsensibilität“** sowie die Ausbildung zum **Achtsamkeits- und MBSR-Lehrer** an.

Ganz besonders möchten wir Ihnen auch unseren nächstjährigen Kongress zum Thema **„Achtsamkeit: Evolution – Bewusstsein – Menschsein“** ans Herz legen. Dieser wird vom 16.05. – 19.05.2019 im Regentenbau in Bad Kissingen stattfinden. Nähere Informationen zum Kongress lesen Sie unter: www.kongress-heiligenfeld.de.

Das Seminarprogramm der Akademie Heiligenfeld finden Sie auf unserer Website:

www.akademie-heiligenfeld.de

IMPRESSUM

Herausgeber:
Heiligenfeld Klinik Waldmünchen GmbH
Krankenhausstr. 3 • 93449 Waldmünchen
Tel: 09972 308-0 • waldmuenchen@heiligenfeld.de
www.waldmuenchen.heiligenfeld.de

Redaktion: T. Meier
Konzept/Realisierung: Heiligenfeld GmbH, U. Wahler
Fotos: Heiligenfeld GmbH

Hinweis: Wir weisen darauf hin, dass namentlich gekennzeichnete Beiträge nicht unbedingt die Meinung der Heiligenfeld Klinik Waldmünchen GmbH wiedergeben. Alle Angaben sind ohne Gewähr, es besteht kein Anspruch auf Vollständigkeit.



Blieben Sie mit uns in Kontakt: Folgen Sie uns!

www.heiligenfeld.de

