

DIE SCHRECKLICHE RÜCKKEHR DER TRAUMATISCHEN ERINNERUNGEN

Psychotrauma im Alter

Gisela Perren-Klingler, Visp/Lausanne

Zusammenfassung eines Vortrags gehalten am Jahreskongress der Schweizerischen Gesellschaft für Allgemeinmedizin in Solothurn, 1998

Einleitung:

Traumatische Erfahrungen, seien sie bedingt durch Unfälle, heroische medizinische Eingriffe, Gewaltakte krimineller Art, Kriege, Verfolgung oder Folter hinterlassen Spuren, auch auf der psychologischen Ebene.

Überlebende können aber häufig mit diesen Konsequenzen auf der psychologischen Ebene ein Leben lang gut umgehen, sei es weil das Umfeld dafür Verständnis hat, (besonders wenn sich der/diejenige heldenhaft benommen hat, oder als Held anerkannt ist), sei es weil Arbeit und innere Copingfähigkeiten das Ganze unter Kontrolle gehalten haben. Seit einiger Zeit beobachtet man nun, besonders in Holland, dass ältere Helden, Widerstandskämpfer, nach einem erfolgreichen Leben, plötzlich unter Psychose ähnlichen Zuständen zu leiden beginnen. Sie reagieren paranoid, z.B. wenn sie Deutsch hören, oder Geräusche, die an den Krieg oder die Klandestinität erinnern.

Diese Leute sind von ihrer Vergangenheit eingeholt worden, auch wenn sie ein ganzes Leben lang symptomfrei funktioniert haben. Die drei grossen Gruppen von Symptomen, die bei psychologisch Traumatisierten immer anwesend sind, werden plötzlich beobachtbar:

Übererregung, rekurrente intrusive Erinnerungen und dissoziative Phänomene.

Auslösende Mechanismen:

Wie kommt es, dass im Alter vorher integrierte oder symptomlos vorhandene psychologische Folgen von Trauma plötzlich wieder aktuell werden? Ein vorher labiles, doch funktionierendes Gleichgewicht kann im Alter leichter ins Wanken gebracht werden: Dabei spielen äussere Veränderungen eine Rolle, aber auch innere, kognitive und emotionale Faktoren können beteiligt sein.

Bei "konfusionellen Zuständen" im Alter sollte differential-diagnostisch auch an die Möglichkeit gedacht werden, dass ein altes Trauma aufgebrochen ist. Eine genaue Anamnese, gerade auch über vor langer Zeit Gewesenes kann Aufschluß geben und den Patienten vor Falschbehandlung bewahren.

Umgang:

Das Alter ist keine Kontraindikation für ein psychologisches Vorgehen. Doch müsste man, anstatt von psychodynamischer und aufdeckender Psychotherapie vielleicht eher von Mobilisierung der Ressourcen auf allen Ebenen sprechen: Individuell, familiär und im weiteren System.

Immer ist wichtig, dass kognitiv das Geschehene nochmals geordnet und eingeordnet werden kann. Die Ventilation der damaligen Emotionen, die jetzt wieder aktualisiert werden, muss sorgfältig gemacht werden und es muss Information gegeben werden, wie man damit umgehen kann/soll, (im Sinne von Planen von neuem Verhalten) dass die Symptome natürlich, normal und typisch sind und viel mit der Stress-Bewältigungsstrategie von damals zu tun haben.

Ebenso wichtig wie das Gespräch mit dem alten Menschen ist die Information der Umgebung, damit sie weiss, was der Hintergrund der "Störung", der Geister ist. Eine informierte Umgebung kann gelassener auf Flash Backs oder dissoziative Phänomene eingehen, und sie in einen auch für den alten Menschen akzeptablen Rahmen stellen. Das Alter kann eine Chance sein, sich nochmals mit den Geistern aus der Vergangenheit zu konfrontieren, die Chance des Überlebens wahrzunehmen und eine gewisse Dankbarkeit zu entwickeln und Frieden zu finden