Trauma Behandlung und Art-Therapie in Israel

Lizzie McAdam
MA, Theatertherapie
Stipendiatin der
Alexander-von-Humboldt-Stiftung
25. März 2013

Programm

1. Einführung
2. Trauma Behandlung in Israel: The Community Stress Prevention Center
3. Welche Methoden sind effektiv, um Traumafolgen zu behandeln?
4. Warum ist Kreativität wichtig? Die Rolle der Kunst in der Therapie
5. Proaktive Methoden: Resilienz-Förderung für die Zukunft
6. Das größere Bild: Cross-kulturelle Katastrophen- Hilfe

1. Einführung

- Was brauchen Klienten mit Traumata?
  - Symptom-Reduktion
  - Problemlösungen für die Zukunft/Rückkehr zum normalen Leben
  - Möglichkeiten für verbale und nonverbale (verkörperte) Kommunikation
- Hauptbeispiel: The Community Stress Prevention Center, Kiryat Shemona, Israel

2. Trauma Behandlung in Israel:
The Community Stress Prevention Center
Kurzer Abriß der Geschichte

- Gegründet im Jahr 1979
- Ort: Golanhöhen Nordisrael, direkt an der Grenze zu Libanon und Syrien
- Gebäude wurde nach dem 2010 - Krieg mit Libanon wieder aufgebaut

Trauma Behandlung in Israel: The Community Stress Prevention Center

Mission und Arbeitsansatz

- Psychotrauma Behandlung und klinische Dienstleistungen
- Weltweite Beratung für Katastrophen-Management
- Trainings vor und nach Katastrophen
- Cross-kulturelle Arbeit
- Multidisziplinäres Resilienz-Forschungszentrum

3. Welche Methoden sind effektiv, um Traumata zu behandeln?

- CBT: Cognitive Behavioral Therapy (kognitive Verhaltenstherapie)
- SE: Somatic Experiencing
- EMDR: Eye Movement Desensitization and Reprocessing (Augenbewegungs-Desensibilisierung und Verarbeitung)
- SEE FAR CBT: CBT, SE und Theatertherapie kombiniert

Kognitive Verhaltenstherapie (CBT)

- verbindet Verhaltens-und kognitive Therapie
- “Problem-fokussierte” Therapie
- konzentriert sich auf spezifische Verhaltens-veränderungen
- Klient lernt, Entspannungstechniken mit belastenden Stimuli zu verbinden
- Hilft, die Amygdala im Gehirn “umzuschulen”

Somatic Experiencing (SE)

- Diese Methode basiert auf einem Buch von Peter Levine (1997) : *Walking the Tiger*
- Das Buch untersucht, wie Tiere Trauma bewältigen
- konzentrieren sich auf Körperreaktionen
- Fokus auf die im limbischen System gespeicherten Körpererinnerungen

Augenbewegungs- Desensibilisierung und Verarbeitung (EMDR)

- Dr. Francine Shapiro (1997)
- Simuliert “Rapid Eye Movements” (REM), die normalerweise im Schlaf auftreten während der Verarbeitung von Tagesereignissen
- Therapeut simuliert REM, indem er/sie den Finger hin und her bewegt
- Das Unbewußte des Klienten verarbeitetso die traumatische Erfahrung
- effektive posttraumatische Symptomreduktion

SEE FAR CBT: Theorie

Fig. 1. SEE FAR CBT model.

Lahad et al. (2010)

- Kombination von CBT, SE und Theatertherapie
- Arbeitet zusätzlich mit "Fantastic Reality:" dem "als-ob" - Raum (Lahad,2006)
- Er fungiert als Link zu Fantasie und Kreativität
- Winnicott nennt das "den Möglichkeitsraum"

Fragen

- Wie funktioniert diese Methode?
- Warum ist “Fantastic Reality” (phantastische Realität) und Kreativität wichtig für die Therapie?

SEE FAR CBT: die Methode

- Der Klient beginnt mit der Schaffung eines "sicheren Raum” und wählt dafür eine Bild-Karte
- Dann wählt der/die Klient-In 6 weitere Karten, die das traumatische Ereignis darstellen
- Die Geschichte wird immer und immer wieder erzählt (Desensibilisierung)
- Verschiedene Möglichkeiten für “Fantastic Reality” werden mit aufgenommen, ohne das Ende zu verändern.
  - Z.b. Vorstellen einer “Guide”- Figur oder anderer Helfer, vor allem wenn die Situation unerträglich zu werden droht

SEE FAR CBT:
Karten - Beispiele

4. Warum ist Kreativität so wichtig? Die Rolle der Kunst in der Therapie

Qualitative Forschung

Beispiel #1: Dr. Moshe Bensimon (2008, 2012), der Effekte einer Trommelgruppe auf Veteranen mit PTSD untersuchte

1. Non-verbale Arbeit erlaubt ungeahnte Möglichkeiten zu "reden," stärkt den Zusammenhalt in der Gruppe und die Selbstdarstellung
2. Das Trommeln evozierte das Trauma-Gedächtnis in einem sicheren und "gehaltenen" Kontext
3. Die Klienten erlangten wieder Selbstkontrolle und Selbst-vertrauen

Warum ist Kreativität wichtig? Die Rolle der Kunst in der Therapie Quantitative Forschung

Beispiel #2: Nira Kaplanskys (2007) Forschung über “Near-Death Experiences” (Nahtod-Erfahrungen) und Dissoziation

- 3 Kennzeichen von vollständiger Dissoziation: ”out-of-body-experience,, Licht am Ende des Tunnels, und Gestalt begegnen, die zurückschickt
- 1 Kennzeichen von partieller Dissoziation: Sehen des Lebens”film” im Zeitraffer

Warum ist Kreativität wichtig? Die Rolle der Kunst in der Therapie Quantitative Forschung

Resultate:

1. Partielle Dissoziation = PTSD - Symptome
2. Vollständige Dissoziation = keine PTSD - Symptome
3. Korrelation zwischen der Fähigkeit zur Dissoziation und dem Engagement in kreativen Tätigkeiten als Kind

5. Proaktive Methoden: Resilienz-Unterstützung für die Zukunft

- Resilienz: Die Fähigkeit, die verschiedensten Herausforderungen zu meistern
- Resilienz ist ein zentraler Faktor um traumatische Ereignisse zu bewältigen und kann die Entwicklung einer PTSD verhindern
- Es gibt viele Arten von Resilienzfähigkeiten
- Beispiel: “BASIC Ph Model” (Mooli Lahad and Smadar Cooper-Caesari)

BASIC Ph

- B: Belief (Glaube)
- A: Affect (Gefühl)
- S: Social (Sozial)
- I: Imagination (Phantasie)
- C: Cognitive (Kognition)
- Ph: Physical (Physisch)

Abschluss

Die Arbeit des Community Stress Prevention Center bietet:

§ Qualitative und quantitative Forschung, die die Verwendung künstlerischer Mittel im therapeutischen Prozess der Trauma-Behandlung unterstützt.

§ Eine breite Palette von Instrumenten und Fähigkeiten für Kinder und Erwachsene, um Resilienzkräfte für die Zukunft zu entwickeln.

§ Ein Modell für eine cross-kulturelle Katastrophenhilfe, die für die Praxis Techniken und Trainings anbietet, die eine schnelle Linderung von Katastrophenfolgen ermöglicht.

Fragen?

6. Das größere Bild: Cross-kulturelle Katastrophenhilfe

- Am Anfang steht eine “community-based” Bedarfsanalyse
- Verbindungen innerhalb der Gemeinschaft herstellen zwischen Organisationen und Individuen
- Anwendung einer Kombination von Methoden und Community-basierten Lösungen, die erfolgreich akute Symptome lindern (einschließlich kulturspezifischer Heil-Methoden)

References

- Beck, J.S. (2011). Cognitive hehavior therapy: Basics and beyond (2nd Ed.). NY, NY: The Guilford Press.
- Bensimon, M., Amir, D., Wolf, Y. (2008). Drumming through trauma: Music therapy with post-traumatic soldiers. *The Arts in Psychotherapy, 35*, 34-48.
- Bensimon, M., Amir, D., Wolf, Y. (2012). A pendulum between trauma and life: Group music therapy with post-traumatized soldiers. *The Arts in Psychotherapy, 39, 223-233.*
- Kaplansky, N. (2007). Dissociating from death: An investigation into the resilience potential of transcendence into fantastic reality during near-death experiences. Unpublished Doctoral Thesis.

References

- Lahad, M, Doron, M. (2006). Protocol for treatment of post traumatic stress disorder: See far cbt model: Beyond cognitive behavior therapy. *NATO Science for Peace and Security Series*, *70,* 3-123. Washington, D.C.: IOS Press.
- Lahad, M., Farhi, M., Leykin, D., Kaplansky, N. (2010). Preliminary study of a new integrative approach in treating post-traumatic stress disorder: SEE FAR CBT. *The Arts in Psychotherapy, 37,* 391-399.
- Levine, P. (1997). Walking the tiger: Healing trauma. Berkeley, CA: North Atlantic Books.
- Shapiro, F. (1997). EMDR: The breakthrough “eye movement” therapy for overcoming anxiety, stress, and trauma. NY, NY: Basic Books.