

Die uralte Angst vor der Trennung

Schon vor über hundert Jahren hatte Freud die Vision, das Wissen der Hirnforschung mit dem der Psychotherapie zu verbinden. Für ihn blieb es eine Vision. Nicht jedoch für heutige Wissenschaftler wie Prof. Ulrich Sachsse, Psychoanalytiker und Psychotherapeut am Landeskrankenhaus Göttingen. Er sprach im Cine-maxx: „Was bringt die Hirnforschung für die Psychotherapie?“.

Seine Arbeit mit Patienten habe sich durch die Neurowissenschaften stark verändert. Mit den neuen Erkenntnissen aus der Hirnforschung könne man sich endlich an die Grauzone der Wissenschaften herantasten, so Sachsse. Etwa im

Bereich der Erforschung und Bewältigung von chronischen traumatischen Störungen habe die Verknüpfung der Hirnforschung mit der Psychotherapie zu enormen Entwicklungen geführt.

Jeder habe in seinem Leben mindestens ein traumatisches Erlebnis zu verarbeiten. Mit Hilfe eines angeborenen Stressverarbeitungssystems könne der Mensch normalerweise diese Situationen bewältigen. Nur wenige erlitten chronische Störungen und würden davon krank. Inzwischen sei die Traumatisierung jedoch gut erforscht. Auch in der Behandlung von Phobien und Psychosen würden die Erkenntnisse der Hirnforschung

helfen. Sachsse zufolge ist die Fähigkeit zur Angst dem Menschen angeboren.

Die älteste Angst sei die Trennungsangst. Sie begründet sich schon auf der Angst des Kindes vor dem Weggehen der Mutter. Allerdings habe der Mensch nicht nur eines, sondern mehrere Angstzentren. Daneben stehe das sogenannte Furchtzentrum. Furcht lasse den Menschen mit Kampf oder Flucht auf Außengefahren reagieren. Angst komme dagegen immer von innen. Um quälende Panikattacken umgehen zu können, entwickle der Mensch eine eigene Furcht, wie etwa die Furcht vor Außerirdischen. So entstehe eine Phobie. *juf*