

**Störungsspezifische Psychotherapie**

Herausgegeben von Anil Batra  
und Fritz Hohagen

Wortmann-Fleischer, Downing, Hornstein

# Postpartale psychische Störungen

Ein interaktionszentrierter  
Therapieleitfaden

2., überarbeitete und  
erweiterte Auflage

**Kohlhammer**

**Störungsspezifische Psychotherapie**

Herausgegeben von Anil Batra  
und Fritz Hohagen

Wortmann-Fleischer, Downing, Hornstein

# Postpartale psychische Störungen

Ein interaktionszentrierter  
Therapieleitfaden

2., überarbeitete und  
erweiterte Auflage

**Kohlhammer**



**Kohlhammer**

# **Störungsspezifische Psychotherapie**

Herausgegeben von Anil Batra und Fritz Hohagen

Susanne Wortmann-Fleischer, George Downing,  
Christiane Hornstein

# **Postpartale psychische Störungen**

Ein interaktionszentrierter Therapieleitfaden

2., überarbeitete und erweiterte Auflage

Verlag W. Kohlhammer

Dieses Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechts ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und für die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Die Wiedergabe von Warenbezeichnungen, Handelsnamen und sonstigen Kennzeichen in diesem Buch berechtigt nicht zu der Annahme, dass diese von jedermann frei benutzt werden dürfen. Vielmehr kann es sich auch dann um eingetragene Warenzeichen oder sonstige geschützte Kennzeichen handeln, wenn sie nicht eigens als solche gekennzeichnet sind.

Es konnten nicht alle Rechtsinhaber von Abbildungen ermittelt werden. Sollte dem Verlag gegenüber der Nachweis der Rechtsinhaberschaft geführt werden, wird das branchenübliche Honorar nachträglich gezahlt.

Bei diesem Werk handelt es sich um ein gemeinnütziges Modellprojekt der Dürr-Stiftung, Hamburg, und der Günter-Reimann-Dubbers-Stiftung, Heidelberg
---

2., überarbeitete und erweiterte Auflage 2016

Alle Rechte vorbehalten

© W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart

Gesamtherstellung: W. Kohlhammer GmbH, Stuttgart

Print:

ISBN 978-3-17-030212-9

E-Book-Formate:

pdf: ISBN 978-3-17-030213-6

epub: ISBN 978-3-17-030214-3

mobi: ISBN 978-3-17-030215-0

Für den Inhalt abgedruckter oder verlinkter Websites ist ausschließlich der jeweilige Betreiber verantwortlich. Die W. Kohlhammer GmbH hat keinen Einfluss auf die verknüpften Seiten und übernimmt hierfür keinerlei Haftung.

## Danksagung

Gefördert wurde die Ausarbeitung des Manuals durch die Dürr-Stiftung, Hamburg, und die Günter-Reimann-Dubbers-Stiftung, Heidelberg, die das Mutter-Kind-Projekt am Psychiatrischen Zentrum Nordbaden ermöglicht haben. Die einzigartige, kollegiale Zusammenarbeit des Teams des Mutter-Kind-Projektes (Herr Frank Jourdan, Frau Maria Maisch, Frau Katharina Kramer, Dipl.-Psych. Simone Poppe, Sozialpädagogin Elvira Rave, Dr. [RA] Patricia Trautmann-Villalba, Dipl.-Psych. Isa Valentiner) machte die Entstehung des Manuals möglich. An der Konzeption und Ausarbeitung waren mit großem Engagement Frau Dr. phil. Dipl.-Psych. Simone Schenk und Frau Dipl.-Psych. Annette De Marco beteiligt. Für die vielfältigen praxisnahen Vorschläge und die kritische Durchsicht des Manuals danken wir Frau Dipl.-Psych. Annette Todtenhöfer. Frau Dr. phil. Eva Hédervári-Heller und Herr Prof. Dr. phil. Fritz Mattejat zeigten sich für klinische Supervision und wissenschaftliche Beratung unseres Projektes verantwortlich.

Unser herzlicher Dank gilt unserem Ärztlichen Direktor, Chefarzt Dr. Schwarz, der das Mutter-Kind-Projekt tatkräftig unterstützt hat und uns stets fachlich beratend zur Verfügung stand.

Susanne Wortmann-Fleischer  
George Downing  
Christiane Hornstein

## Vorwort

Was bedeutet es für ein Kind, wenn seine Mutter unter einer psychischen Erkrankung leidet? Diese Frage ist erfreulicherweise in den letzten Jahren zunehmend in das Bewusstsein der Fachöffentlichkeit gerückt, und in Deutschland ist eine ganze Reihe von Initiativen und Projekten entstanden, in denen versucht wird, psychisch erkrankte Eltern und gleichzeitig auch ihre Kinder zu stärken.

Durch die neuere Bindungsforschung und durch die aktuellen neuropsychologischen Forschungsansätze wurde die fundamentale Bedeutung der Mutter-Kind-Beziehung in der Säuglingszeit und der frühen Kindheit für die weitere psychische Entwicklung unterstrichen. Psychische Störungen bei der Mutter können hier zu gravierenden Einschränkungen in der Mutter-Kind-Beziehung mit weitreichenden Folgen führen. Angesichts dieser Forschungsbefunde stellen die psychischen Störungen, die in zeitlicher Nähe zur Geburt eines Kindes auftreten, einen besonderen Brennpunkt des Interesses dar, denn hier haben wir die Möglichkeit, frühzeitig präventiv zu wirken, um die positiven Entwicklungschancen von Müttern und ihren Kindern zu wahren und auszubauen.

An manchen klinischen Zentren besteht bereits die Möglichkeit, psychisch erkrankte Mütter gemeinsam mit ihren Kindern aufzunehmen, um gemeinsam mit ihnen die Grundlage für eine positive weitere Entwicklung zu legen. Bis heute fehlten aber konkrete Vorschläge und Anleitungen, wie wir als Fachleute psychisch kranke Mütter und ihre Kindern wirksam unterstützen können: **Was können wir tun, und wie sollten wir die Zusammenarbeit konkret gestalten?**

Das vorliegende Manual »**Postpartale psychische Störungen. Ein Interaktionszentrierter Therapieleitfaden**« vermittelt uns – den ärztlichen, psychotherapeutischen, pädagogischen und pflegerischen Fachkräften, die mit psychisch kranken Müttern und ihren Kindern arbeiten wollen – in übersichtlicher Form ein klares Konzept, wie Hilfen möglich sind, und praktische Vorschläge, wie wir dabei gemeinsam vorgehen können.

Das Therapiemanual hat drei besondere Vorzüge:

- Es ist **innovativ**, indem therapeutische Methoden aus unterschiedlichen Traditionen zusammengeführt (z. B. Stressmanagement und interaktionszentrierte Ansätze) und mit neu entwickelten Methoden, wie z. B. der Videomikroanalyse, kombiniert werden;
- gleichzeitig ist es **empirisch fundiert**, es bezieht sich auf die Ergebnisse der Therapieforschung und integriert solche Behandlungskomponenten, die im Sinne eines evidenzbasierten Behandlungskonzeptes als empirisch validiert gelten und für die Therapie mit psychisch kranken Müttern und ihren Kindern genutzt werden können,
- und schließlich ist das Manual spürbar getragen von einem **breiten klinischen Erfahrungshintergrund** und einem persönlich beteiligten Zugang zu den Patientinnen und ihren Kindern.

Es ist nicht nur auf postpartale Depressionen beschränkt, sondern es ist diagnoseübergreifend; das Programm kann im stationären und ambulanten Setting umgesetzt werden, und es kann von allen Berufsgruppen, die in der Eltern-Säuglingstherapie arbeiten und über das notwendige psychiatrisch-psychotherapeutische Hintergrundwissen verfügen, angewandt werden. Es ist somit ein breit einsetzbares Behandlungsmodell, das sich an den praktischen Bedürfnissen orientiert.

Das vorliegende Behandlungsmanual wurde im Rahmen des Projektes »Seelische Gesundheit von Mutter und Kind nach der Geburt am Psychiatrischen Zentrum Nordbaden Wiesloch« entwickelt und evaluiert. Ich hatte die Freude, dieses Projekt – das durch das

hervorragende persönliche Engagement von Frau Dr. Hornstein in Gang gesetzt wurde – von Beginn an mit verfolgen zu können, und ich kann die Initiatorin des Projektes nur von Herzen dazu beglückwünschen, dass es ihr gelungen ist, sympathische und geistesverwandte Kolleginnen und Kollegen zu finden, die mit ihr zusammenarbeiten, um Mütter mit ihren Säuglingen in ihrer Entwicklung zu begleiten.

Fritz Mattejat

# Inhalt

## **Danksagung**

## **Vorwort**

## **Hinweis und Inhaltsverzeichnis zum Zusatzmaterial**

Hinweis zum Zusatzmaterial

Inhaltsverzeichnis des Zusatzmaterials

## **A Theoretische Grundlagen des Therapieprogramms**

### **1 Einleitung**

### **2 Konzeptioneller Hintergrund des Therapieprogramms**

2.1 Inhalte des Therapieprogramms

2.2 Zielgruppe

2.3 Gruppenziele

2.4 Therapiebausteine

2.4.1 Stressmanagement

2.4.2 Psychoedukation

2.4.3 Unterstützung mütterlicher Kompetenzen

2.4.4 Rollenwechsel und Übergang in die Mutterschaft

2.4.5 Strategien zur Bewältigung negativer Gefühle

### **3 Theoretische Grundlagen**

3.1 Rollenbilder

- 3.2 Entwicklungspsychologische Themen
- 3.3 Wahrnehmung positiver Gefühle
- 3.4 Stressfaktoren und Stressbewältigungsstrategien
- 3.5 Krisenplan
- 3.6 Konzept der Körperorganisation («body organizing«)

## **B Praktische Umsetzung des Therapieprogramms**

### **4 Struktur der Gruppe**

- 4.1 Indikationen zur Gruppenteilnahme
- 4.2 Ein- und Ausschlusskriterien
- 4.3 Rahmenbedingungen
- 4.4 Therapeutische Techniken
- 4.5 Anforderungen an die Therapeuten
- 4.6 Aufbau der Stunden

### **5 Anleitung zur Durchführung des Therapieprogramms**

- 5.1 Einstiegsrunde
- 5.2 Besprechung der Übung zum Thema der letzten Stunde (Hausaufgabe)
- 5.3 Thema der Stunde
- 5.4 Übung zum Thema der Stunde
- 5.5 Blitzlicht zum Abschluss

### **6 Therapiestunden**

- 1. Stunde: »Rollenbilder«
- 2. Stunde: »Neugierde an der Beobachtung des Kindes wecken«
- 3. Stunde: »Die Bedeutung der beschreibenden Sprache«
- 4. Stunde: »Stressfaktoren«
- 5. Stunde: »Stressbewältigungsstrategien«
- 6. Stunde: »Kindlichen Signalen ein Echo geben (Matching)«
- 7. Stunde: »Beruhigungstechniken«
- 8. Stunde: »Wahrnehmung positiver Gefühle«

9. Stunde: »Führen und Folgen«

10. Stunde: »Erstellen eines Krisenplans«

**Literatur**

**Anhang**

**Stichwortverzeichnis**