

4 VERHALTENSWEISEN, DIE AUF STARKES ANHÄNGLICHKEITS- UND HILFESUCHVERHALTEN HINWEISEN KÖNNEN

Die Anhänglichkeitsreaktion bzw. der Schrei nach Hilfe ist eine der frühesten Überlebensstrategien, die ein Kind entwickelt, um Hilfe von einer Bezugsperson zu erhalten - sie kann aber auch eine defensive Anpassung an ein Trauma sein. Einigen Experten zufolge ist dies die am wenigsten verstandene aller Abwehrreaktionen und kann schwer zu erkennen sein. Auf der Grundlage der Arbeit von Janina Fisher, PhD, und Pat Ogden, PhD, sind hier vier Verhaltensmuster aufgezeigt, die helfen können, die Anhänglichkeitsreaktion bzw. den Schrei nach Hilfe bei Deinen Klient*innen zu erkennen.

1

EXZESSIVE KONTAKTSUCHE ZWISCHEN DEN SITZUNGEN

Klient*innen rufen womöglich oft an oder schreiben Textnachrichten. Vielleicht fällt es ihnen schwer, am Ende der Sitzung zu gehen, oder sie beschweren sich, dass zu viel Zeit zwischen den Sitzungen vergeht.



2

TURBULENTE BEZIEHUNGEN

Die Anhänglichkeitsreaktion bzw. der Schrei nach Hilfe können bei euren Klient*innen zu turbulenten Beziehungserfahrungen führen. Vielleicht berichten sie, dass die/der Partner*in oder Freund*innen sich zurück ziehen bei Bedürftigkeit.



3

AUFTAUCHEN KINDHAFTEN VERHALTENS

Manchmal sprechen Klient*innen mit einer kindhaften Stimme, oder machen sich körperlich kleiner, als sie sind. Dies kann auch ein Hinweis auf strukturelle Dissoziation sein.



4

IDEALISIERUNG VON THERAPEUT*IN

Es ist natürlich wichtig, dass sich eure Klient*innen bei euch sicher fühlen. Sind sie jedoch in der Anhänglichkeitsreaktion, dann kann es sein, dass sie euch idealisieren und als unfehlbar empfinden. Das kann dann zu einer Kampfreaktion führen, wenn euer Verhalten sie enttäuscht, zB wenn ihr eine Sitzung verschieben müsst.

