

Fallbeispiel Angst:

Eine Frau, 30 Jahre, leidet unter Ängsten mit Panikattacken und depressiver Stimmung. Sie empfindet diesen Zustand als Bedrohung für sich, sie weiß nicht, was los ist und möchte diesen Zustand ändern. Im Gespräch erzählt sie, dass sie eine trostlose Ehe führt, ihr Mann sehr passiv ihr gegenüber reagiert, was sie früher so nicht gesehen hat, denn sie dachte, er wäre ihr ruhiger Pol. Ihre Energie geht zu Ende und sie denkt an Trennung, doch sie hat Angst vor der Reaktion und fühlt Wut, dass sie sich nicht traut und richtet diese gegen sich selbst. In ihrer Kindheit hat sie einen unberechenbaren Vater erlebt, ihre Mutter war sehr früh gestorben. Sie ist bei ihrer Oma aufgewachsen. Durch ihren Vater erlebte sie in frühesten Kindheit Demütigung und Missachtung, was sich in ihrer Ehe durch die passive Haltung ihres Mannes wiederholt. Sie fühlt sich wertlos. In der Therapie wurde versucht, das Selbstwertgefühl zu stärken und als diese Patientin die Zusammenhänge erkannte und die Wut nicht mehr gegen sich selbst richtete sondern sie raus ließ, kam die Entlastung für sie.

Quelle: Fachvortrag,Referentin Frau Dr.Ferbert

