

13. Curriculums Psychosomatische Grundversorgung, Bad Nauheim,

24. – 26.08.2007

Die psychosomatische Bedeutung von besonderen
Entwicklungsabschnitten; hiermit
zusammenhängende Lebensereignisse und
Umgang hiermit: Schwangerschaft, Geburt,
Schule, Partnerschaft, Trennung, Tod und
Sinnkrisen

Anschrift: pierre.frevert@dgn.de

Für Rückfragen: Pierre E. Frevert, Arzt für Psychiatrie und Psychotherapie, Arzt für
Psychosomatische Medizin und Psychotherapie/ Psychoanalyse. Liebigstr. 8a, 60323 Frankfurt.
Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Autors

1. Die Lebensabschnitte

Lebensabschnitt: Schwangerschaft

Lebensereignisse: Mutter: Sozialer Status und Umfeld, Alter, psychische Situation (Depression, Psychose, Ambivalenz gegenüber Ungeborenem), Sucht; Trennung vom Partner, Krankheiten, sozialer Stress

Psychosomatische Bedeutung: Stresshormonelle Beeinflussung, Entwicklungsdysbalance

Lebensabschnitt: Geburt

Lebensereignisse: Umstände der Geburt, Versorgung des Neugeborenen, Kontakt Neugeborener/ Mutter, Kaiserschnitt, Brutkasten

Psychosomatische Bedeutung: schwere Bindungsstörung

Lebensabschnitt: Säuglingsalter

Stadium: Intentionale Phase** 0 – wenige Monate

Psychosoziale Krise: Urvertrauen vs. Ur-Misstrauen
Geborgenheit gegen Kontaktstörung

Stadium: orale Phase* 0 - 1 Jahr

Psychosoziale Krise: Optimismus vs. Depression

Lebensereignisse: Trennungserfahrung, Hospitalisierung

Psychosomatische Bedeutung: anaklitische Depression, schwere Gedeihstörungen, Störungen des Schlaf-Wach-Rhythmus, Fütter-Esstörungen, Verdauungsstörungen, Störung der Bindungsentwicklung, Störung des Verhaltens (Schreien, Überängstlichkeit)***

Lebensabschnitt: Kleinkindalter

Stadium: anale Phase* 1 – 3 Jahre

Psychosoziale Krise: Autonomie vs. Scham und Zweifel
Spontaneität vs. Zwanghaftigkeit

Lebensereignisse: Autonomiebehinderung durch Krankheit oder Erziehung

Psychosomatische Bedeutung: Zwangssymptome, Starrsinn, Gehemmtheit Schlafstörungen, Wutanfälle, Unaufmerksamkeit, Rumination, Esssucht, Stereotypien, Autismus***

Lebensabschnitt: **Spielalter (Vorschulalter)**

Stadium: **Phallische/ Genitale Phase*** 3 – 6 Jahre

Psychosoziale Krise: Initiative / vs. Schuldgefühle

Kastrationsangst, psychosexuelle Unsicherheit

Lebensereignisse: Kindergarten, Trennung von der Mutter, erste soziale Erfahrungen

Psychosomatische Bedeutung: hysterische Symptomatik, Konversionsstörungen (Trauma), Schlafstörungen, Stereotypien, Hyperaktivität, Impulsivität, Stottern, Tics, Enkoporesis, Mutismus, Autismus, psychosomatische Beschwerden***

Lebensabschnitt: **Schulalter**

Stadium: **(Latenz)*** 6 – 11 Jahre

Psychosoziale Krise: Werksinn vs. Minderwertigkeitsgefühle

Lebensereignisse: Einschulung, Anschluss oder Ausschluss aus Peer-group/ Klassenverband

Psychosomatische Bedeutung: ADHS, Lernstörungen, Daumenluschen, Emotionale Störungen (Schul- Prüfungsangst, Depression, Suizidalität), Hyperkinetische Syndrome, Dissoziale Störungen***

Lebensabschnitt: **Pubertät**

Stadium: **Genitalität** 12 – 14 Jahre

Psychosoziale Krise: Identität vs. Identitätsdiffusion

Lebensereignisse: Sexuelle Erfahrungen, Rollenannahme,

Psychosomatische Bedeutung: Drogenabhängigkeit, Delinquenz bei Jugendlichen, Magersucht, Emotionale Störungen, Dissoziale Störungen, Hyperkinetische Syndrome, Bulimie***

Lebensabschnitt: **Adoleszenz und Frühes Erwachsenenalter**

15.- 16. Lebensjahr ± 2-3 Jahre

Psychosoziale Krise: Intimität vs. Isolation

Distanzierung vs. Selbstbezogenheit

Lebensereignisse: psychosexuelle, moralische Bindungen

Psychosomatische Bedeutung: Bulimie, Anorexia nervosa

Lebensabschnitt: **Mittleres Erwachsenenalter**

20 – 45 Jahre

Psychosoziale Krise: Generativität vs. Stagnation

Lebensereignisse: Familiengründung, berufliche Karriere, gesellschaftliches Engagement

Psychosomatische Bedeutung: Psychosomatische Symptome → ∞

Lebensabschnitt: **Reifes Erwachsenenalter**

45 – 60 Jahre

Psychosoziale Krise: Integrität vs. Verzweiflung und Ekel

Lebensereignisse: Weggang der Kinder, Neugestaltung der alternden Ehe/ Partnerschaft, Rückkehr in den Beruf (Frauen), Klimakterium, Fortführung der Berufstätigkeit ohne weitere

Veränderungsmöglichkeiten (Mann), Auftreten von Erkrankungen, Abnahme der Leistungsfähigkeit, Großelternaufgaben,

Pflegebedürftigkeit oder Verlust der Eltern, vorzeitiges Ausscheiden aus dem Arbeitsprozess

Psychosomatische Bedeutung: Psychosomatische Symptome → ∞

Lebensabschnitt: **Höheres Erwachsenenalter****

60 – 75 Jahre

Lebensereignisse: Ausscheiden aus dem Arbeitsprozess, Veränderung der Beziehung durch Auftreten von Behinderungen, Erkrankungen, möglicher Partnerverlust, zunehmende Multimorbidität, soziale und finanzielle Einschränkungen, Verlust der Freunde und Menschen aus der gleichen Generation

Psychosomatische Bedeutung: Psychosomatische Symptome → ∞

Lebensabschnitt: **Hohes Erwachsenenalter****

ab 75 Jahre

Lebensereignisse: Fortführung der nachberuflichen Lebenszeit, Vereinzeln, Leistungseinschränkung, Multimorbidität, Hilfs- und Pflegebedürftigkeit, institutionelle Unterbringung

Psychosomatische Bedeutung: Psychosomatische Symptome → ∞

*) frei nach Erikson 1959/1973; **)frei nach Klußmann 2002);***)frei nach Ott 2004

2. Gesunde Entwicklung

Marie Jahoda 1950:

Ein Erwachsener hat eine Persönlichkeit, die ihre *Umwelt aktiv meistert*, eine gewisse *Einheitlichkeit* zeigt und imstande ist, die Welt und sich *richtig zu erkennen*. (zit. nach Erikson 1959, 1973)

Ähnlichkeit mit dem Salutogenetischen Modell von Antonovski:

Comprehensibility

(Verstehbarkeit; kognitiver Aspekt): Die Fähigkeit, dass man die Zusammenhänge des Lebens versteht

Manageability

(Handhabbarkeit; praktischer Aspekt): Die Überzeugung, dass man das eigene Leben gestalten kann)

Meaningfulness

(Sinnhaftigkeit; emotionaler Aspekt)

Der Glaube, dass das eigene Leben einen Sinn hat

Genetische Disposition, frühe Beziehungsmuster, Umwelt, Kultur, fördernde/ protektive Faktoren

Erstes Stadium (ca. 1. LJ)	URVERTRAUEN	Frühform der Autonomie	Frühform der Initiative
Zweites Stadium (ca. 2. und 3. LJ)	Spätere Form des Urvertrauens	AUTONOMIE	Frühform der Initiative
Drittes Stadium (ca. 4. und 5. LJ)	Spätere Form des Urvertrauens	Spätere Form der Autonomie	INITIATIVE

Nach Erikson 1959

Oral: Urvertrauen, 1. orale Phase: Einverleiben, 2. orale Phase: beißen;
Emotionale Grundsicht

Anal: Autonomie gegen Scham und Zweifel, Entdeckerleidenschaft,
festhalten, loslassen, beherrschen, ich/du/mein, Zweifel, Scham

Genital: identifiziert mit Eltern, Sprachvermögen, genitale
Erregbarkeit und Neugier, Oedipuskomplex, Rivalität,
Eifersucht, Initiative vs. Schuldgefühle,
Überbeanspruchung der Initiative und des Körpers →
psychosomatische Erkrankungen

Latenz: Werksinn vs. Minderwertigkeitsgefühl, Lernen wollen von
anderen, Technologie, Konflikte meistern, Selbstgefühl –
Unzulänglichkeit, Rollenlernen

Adoleszenz: Identität vs. Identitätsdiffusion, soziale Rolle,
Cliquenzugehörigkeit, Identitätsdiffusion Nicht-Halten-
können der Lebensrollen, parakriminellen und –
psychotischen Episoden, Intoleranz

Frühes Erwachsenenalter: Intimität vs. Isolierung, Identitätssuche
geht Intimität voraus, Distanzierung aus Angst vor
Intimität und Identitätsverlust

(Mittleres) Erwachsenenalter: Generativität vs. Stagnierung,
Kinderwunsch, Stagnierung: „sich selbst ein eigenes Kind
sein“)

Reifes Erwachsenenalter: Integrität vs. Verzweiflung und Scham, innere
Aussöhnung mit eigenen Eltern, Bejahung des eigenen selbstverantwortlichen
Lebens, Verzweiflung, Ekel, Lebensüberdruß

	1	2	3	4	5	6	7	8
I. Säuglingsalter	Urvertrauen vs Mißtrauen							
II. Kleinkindalter		Autonomie vs Scham und Zweifel						
III. Spielalter			Initiative vs. Schamgefühl					
IV. Schulalter				Werksinn vs Minderwertigkeitsgefühl				
V. Adoleszenz					Identität vs Identitätsdiffusion			
VI: Frühes Erwachsenalter						Intimität vs Isolierung		

VII. Erwachsenenalter							Generativität vs Selbstabsorption	
VIII. Reifes Erwachsenenalter								Integrität vs Lebens- Ekel

Literaturangaben:

- **Erik H. Erikson (1959, 1973):** Identität und Lebenszyklus, Suhrkamp taschenbuch wissenschaft, Frankfurt am Main, 1.Aufl. 1973. Originalausgabe: Identity an the Life Cycle, © Erik H. Erikson, 1959.
- **Rudolf Klußmann (2002):** Psychosomatische Medizin.5. korrigierte und aktualisierte Auflage, Springer Heidelberg New York.

Gudrun Ott(2004): Kindes und Jugendalter. In: W. Tress, J. Kruse und G. Ott (Hg.) Psychosomatische Grundversorgung, Schattauer, Stuttgart, S.222-233