

## ► Prävention kompakt

Auf diesen Seiten finden Sie nützliche Erklärungen von Begriffen rund um das Thema Prävention von A wie A.C.A.B. bis Z wie Zoll.



## Flashback

Der psychologische Fachbegriff für das umgangssprachliche Wort „Flashback“ (engl. für Rückblende) lautet Intrusion: Gemeint ist das blitzartige Wiedererleben von Vergangenem. Diese sogenannte Nachhallerinnerung kann eine Folge von Drogenkonsum sein.

### Wenn einen die Vergangenheit überrollt

Einem Flashback geht meist eine traumatische Erfahrung und dabei empfundene extreme Angst und Hilflosigkeit voraus. Ausgelöst wird ein Trauma durch das Erleben oder Beobachten eines tatsächlichen oder drohenden Todes oder einer schweren Verletzung. Das können Autounfälle oder Flugzeugabstürze sein, Misshandlungen und Vergewaltigungen oder Kriegserlebnisse und Naturkatastrophen.

Bei einem Flashback durchleben die Trauma-Opfer die Vergangenheit noch einmal. Teile des traumatischen Erlebens drängen sich ganz plötzlich in Erinnerungsfetzen, Bildern, Sinneseindrücken oder Emotionen wieder auf und überwältigen die Person.

Auch nicht traumatisierte Menschen können Flashbacks als Form sehr intensiver Erinnerung erleben: Jeder kann sich zurückversetzt fühlen, ausgelöst von einem Geruch aus Kindertagen oder von der Musik aus der Jugend. Auch bei Trauma-Opfern genügt ein einziger Schlüsselreiz („Trigger“), um die damalige Situation wieder zu erleben, und das auch noch nach Jahren.

Betroffene berichten, dass in solchen Momenten das Trauma wie ein Film, jedoch mit allen dazugehörigen Emotionen, noch einmal abläuft. Die Flashbacks können aber auch in Form von Alpträumen oder Pseudohalluzinationen auftreten – also Sinnestäuschungen, die einem als solche bewusst sind. Intrusionen selbst können sehr belastend sein und von Panikattacken begleitet werden. Die Betroffenen fühlen sich während des Flashbacks, als sei das damals erlebte genau jetzt wieder aktuell. Es wird somit immer und immer wieder erlebt.

### Flashbacks durch Drogenkonsum

Im Gegensatz zu dem Überlebenden eines Flugzeugabsturzes, der sich ausgelöst durch ein Motorengeräusch in die damalige Lage zurückversetzt fühlt, wird ein Flashback aufgrund von Drogenkonsum nicht durch solche Schlüsselreize ausgelöst. Im Zusammenhang mit Drogen wird die Bezeichnung „Flashback“ zwar informell oft verwendet, ist aber wissenschaftlich nicht präzise. Korrekt wäre der Terminus „Persistierende Wahrnehmungsstörung“ (Hallucinogen persisting perception disorder, HPPD). Dies ist eine psychische Störung, die nach dem Konsum von Halluzinogenen ausgelöst wird. Dabei haben Betroffene in regelmäßigen Abständen „Pseudohalluzinationen“, obwohl das Halluzinogen schon nicht mehr im Körper ist. Weitere Informationen zum Thema gibt es bei der [Trauma-Ambulanz](#) der Goethe-Universität Frankfurt am Main.

[Zurück](#)