

# Wenn der Glaube an uns (selbst) verloren geht

---

UMGANG MIT SCHWIERIGEN THERAPIESITUATIONEN

WORKSHOP AUF DEM 3. OSTDEUTSCHEN PSYCHOTHERAPEUTENTAG

JÜRGEN GOLOMBEK

---

„Das Eingestehen von Fehlern, Irrtümern oder Unterlassungen gehört leider nicht zu den vornehmlichsten Eigenschaften von uns Psychotherapeuten. Obwohl wir, würden wir mehr über scheiternde Behandlungen miteinander sprechen, bestimmt sehr viel mehr lernen würden, als wenn wir bei einschlägigen Tagungen nur andachtsvoll staunend jenen lauschen, denen offenbar alles gelingt“.

- Micha Hilgers -

---

Der moderne Psychotherapeut soll ... einer sein, der eine „Profession“ ausübt und nicht einer „Konfession“ nachgeht. Offensichtlich wird er damit in .... einen Zwiespalt gestürzt“. Aber „das Lernen und Lehren von Heilkunst ist ... an eine bestimmte Form geknüpft: Ausbildungsschulen.

- Eva Jaeggi -

---

Das aufgeklärte Verständnis des Psychotherapeuten, das sich häufig an das Ideal eines naturwissenschaftlich orientierten Arztes anlehnt, wird durch die Vagheiten des Berufes oftmals überfordert.

- Eva Jaeggi -

# Thesen

---

- Behandlungsverlauf und Therapieergebnis sind abhängig von der therapeutischen Beziehung.
- Beziehungen sind störanfällig, auch therapeutische Beziehungen.
- In der therapeutischen Beziehung bilden sich interaktionelle/interpersonelle (dysfunktionale) Störungen ab.
- Schwierige Situationen im Therapieprozess kennt jeder Therapeut.
- Beide, Therapeut und Patient, sind Subjekt der therapeutischen Beziehung, d.h., beide „verantworten“, konstruieren die Beziehungsgestaltung und damit Störungsmuster.
- Probleme und das Zulassen und Arbeiten mit Problemen in der therapeutischen Beziehung sind „Kippmomente“ hin zur therapeutischen Veränderung.

# Befundlage

---

Therapeutisch schwierige Situationen treten auf

- aus Patienteneinschätzung: 11 – 38%
- aus Therapeutensicht: 25 – 50%

# Schwierige Therapiesituation - Allgemein

---

Störungen in der therapeutischen Beziehung

Dauer und Intensität sehr unterschiedlich (Spektrum von Spannungen unterhalb der Wahrnehmungsschwelle bis zu unerträglichen Spannungen)

# Schwierige Therapiesituation - Im Speziellen (Beispiele)

---

- schwere Beherrschbarkeit von Pat. mit Ich-Funktionen und strukturellen Defiziten
- Suizidalität
- Notwendigkeit von Einweisung/Zwangseinweisung
- Abbruchsdrohungen
- Schweigen
- Verschweigen relevanter Gefühle, Kognitionen, Symptomen und Handlungen
- schwere Aggressionen
- Symptomverstärkungen
- Nichtbeherrschbarkeit des Krankheitsbildes
- Nichteinhalten von Terminen oder Zuspätkommen
- sekundärer Krankheitsgewinn (z.B. instrumentelle Anliegen)



# Schwierige Therapiesituation - Therapeutenseite (Beispiele)

---

- Steuerung und Kontrolle der eigenen Affekte schwierig oder herabgesetzt
- erhöhte emotionale Durchlässigkeit (u.a. Berührung mit eigenen (aktuellen) Themen)
- Insuffizienzgefühle
- eine der Hauptängste: Scheitern durch Abbruch

Schwierige Situationen fordern den Therapeuten zu einer Selbstbefragung:

- Was habe ich nicht erkannt?
- Was habe ich übersehen?
- Trug ich (unbewusste) Ablehnungsimpulse in mir?
- War der Patient mir zu lästig, zu anstrengend?
- Habe ich ihn nicht verstanden oder verstehen können?
- Ist die Beziehung zueinander verstrickt? Habe ich die sich wiederholenden Beziehungsmuster des Patienten nicht erkannt und habe mich mitagierte?

# Schwierige Therapiesituation - Patientenseite (Beispiele)

---

- Symptomdruck
- Erwartung an eine schnelle Heilung
- Wenig Geduld, schnelle Lösungssuche
- Suche nach Entlastung ohne bzw. mit geringer Veränderungsbereitschaft (Lösung von außen)
- Erwartung an Versorgung (Reden dürfen)
- Erwartung an Ratgeberfunktion des Therapeuten
- Probleme mit Einlassen und Verstehen von Psychotherapie als Prozess
- Misstrauen; paranoide Anteile
- in psychosozialen Belastungssituationen ausschließlich körperlich reagierende Patienten ohne Zugang zum emotionalen Erleben

# Was sind therapeutisch schwierige Situationen?

---

- Grundmerkmal: Zustand von Missverständnissen und Unwohlsein, Gefühl des Unbehagens
- Ausdruck von Scheitern, von Versagen, eigener Unfähigkeit?
- Krise als Chance der Veränderung?

# Anlass für therapeutische schwierige Situationen (Beispiele)

---

Vielfältige Ursachen: äußere und innertherapeutische Einflüsse

## innertherapeutische Einflüsse

- initial ungeklärte Abstimmung der Therapieziele und der therapeutischen Möglichkeiten (Zielkonflikt)
- v.a. unbenannte, unausgesprochene negative emotionale Befindlichkeiten
- Unverstandensein
- Fehlende Einschwingung
- Ausbleiben von Bestätigung (narzisstische Gratifikation) oder Wunscherfüllung
- Ausbleiben von konkreten Lösungsvorschlägen
- Unerwünschtes Drängen in eine Richtung, Aufoktroyieren einer Meinung
- Behandlungstechnik/Behandlungsfehler
- Abbruchstendenzen nicht erkannt oder verleugnet
- Klärung der Abbruchstendenzen nicht aus der Hier- und Jetzt-Situation heraus

# Häufigkeit schwieriger Situationen

---

- Punktuell innerhalb einer Sitzung bis zu mehreren Sitzungen
- Auflösung oft innerhalb der problematischen Sitzung, teilweise in der darauffolgenden oder späteren Sitzungen

# Hilfreiche therapeutische Haltungen (Beispiele)

---

- Aushalten negativer (und auch positiver) Gefühle
- Grundakzeptanz
- Zulassen der Ambivalenz
- wohlwollende Haltung (Reflexion feindseliger Gefühle)
- Zu-sich-stehen, Verantwortungsübernahme
- Fehlerkultur (Fehler eingestehen, Selbstkritik zulassen)
- beidseits akzeptable Klärung suchen
- Kränkungen nicht agieren
- für eigene therapeutische Arbeitsfähigkeit sorgen
- eigene Anspruchshaltung kennen und reflektieren
- Einbindung in einen Austausch mit Kollegen
- Bescheidenheit in therapeutischen Wirkmöglichkeiten

---

Psychotherapeuten sind mit allem Menschlichen, mit den vielen Fehlern und Irrwegen von Menschen vertraut und meinen häufig, dass sie mit den einzig und allein „richtigen“ Theorien und Methoden damit umgehen.

- Eva Jaeggi -