

Schließlich sind Kommentare und Interventionen von großer Bedeutung, die als Entscheidungshilfe in unterschiedlichen Konfliktsituationen dienen können. Dabei ist es nach Dührssen zweckmäßig, zwischen den folgenden Konfliktformen zu unterscheiden:

- **normale Konflikte**, denen jeder Mensch in vielfältigen alltäglichen Auseinandersetzungen unterworfen ist;
- **neurotische Konflikte**, deren realer Hintergrund für die Betroffenen nicht voll erfasst werden kann, oder in denen den Betroffenen nur eingegrenzte neurotische Reaktionsmuster zur Verfügung stehen (z. B. nur unterwürfig, nur aggressiv, nur harmonisierend etc.);
- **antinomische Konflikte**, die nur durch Verzicht einer Lösungsmöglichkeit einen glücklichen Ausgang finden können und
- **tragische Konflikte**, die gleichgültig, für welche Lösung sich der Einzelne entscheidet, nie einen glücklichen Ausgang haben können. Damit werden insbesondere auch tragisch-schicksalhafte Seiten menschlicher Existenz berücksichtigt.

Gegenstand der Behandlung sind insbesondere die neurotischen Reaktionsweisen eines Patienten. Besondere Aufmerksamkeit ist dabei jeweils auch dem Identitätsgefühl eines Menschen zu widmen; hier kommt es insbesondere darauf an, wieweit dies in einer inneren Übereinstimmung mit den jeweiligen Lebensschwerpunkten steht oder mit diesen in Konflikt gerät. In der dynamischen Psychotherapie wird dabei zunächst den bewusstseinsnahen alltäglichen Konflikten nachgegangen (Beruf, Familie, Partnerschaft etc.), um die bei deren Lösungsversuchen deutlich werdenden neurotischen Einengungen und »irrationalen« Verhaltensmuster bearbeiten zu können. Wie bei allen psychodynamischen Psychotherapien steht hier die Arbeit am »Gegenwärtunbewussten« im Vordergrund. Dieses repräsentiert v. a. internalisierte soziale Ängste und ist vornehmlich auf die Vermeidung von Beschämung, Verlegenheit und Demütigung ausgerichtet (vgl. Heigl-Evers et al. 1997). Demzufolge steht therapeutisch das Bemühen im Vordergrund, das Spektrum der bewusstseinsfähigen Gefühle und Impulse zu verbreitern sowie die biographischen Hintergründe ihrer bisherigen Unzugänglichkeiten nachzuzeichnen.

Schließlich spielen im Konzept der dynamischen Psychotherapie die **inneren Formeln** eine herausgehobene Rolle. Unter inneren Formeln versteht Dührssen »jene Innenbefindlichkeiten der Patienten..., die in oft erstarrter und stereotyper Form zum Ausdruck von

Selbstgefühl und Selbsteinschätzung werden...« (1995, S. 81). Dabei geht die Autorin in ihrem Konzept über das der »irrationalen Gedanken« von Ellis (1962) hinaus, insofern die inneren Formeln nicht nur die Selbsteinschätzung eines Menschen, sondern auch seine Erwartungen an die Umwelt und an die Zukunft prägen; Letzteres häufig im Sinne sich selbst erfüllender Prophezeiungen. Diese inneren Formeln sind meist nur auf den ersten Blick sehr einfach und einlinig. (»Ich bin sowieso dumm« oder »Ohne mich geht gar nichts«.) Erst bei der tieferen Ergründung der begleitenden Gefühle und Assoziationen wird ihre untergründige Ambivalenz deutlich, so beispielsweise eine starke innere Verunsicherung bei zunächst ins Auge tretenden stark narzisstisch getönten positiven Selbstbewertungen. (»Ich bin einer, der jedes Problem meistert!« oder »Mir ist noch nichts misslungen!«) Therapeutisch unsinnig wäre es, diese inneren Formeln dem Patienten im Hinblick auf ihre aktuelle Irrationalität vor Augen zu halten. Vielmehr geht es darum, die biographische Verwobenheit solcher innerer Formeln nachzuzeichnen und sie als kondensiertes Ergebnis einer abgelaufenen Lebensentwicklung zu verstehen.

In diesem Sinne sind die inneren Formeln auch Ausdruck des emotionalen Langzeitgedächtnisses eines Menschen. Dieses bestimmt maßgeblich seine kognitiven Erfahrungen und Entwicklungsschritte, gleichzeitig aber auch die Art und Weise, wie der einzelne Mensch seine Lebensrealität wahrnimmt und sie »versteht«, d. h. wie Wirklichkeit sich in ihm subjektiv gestaltet. Offensichtlich wird gerade in dem Konzept von den inneren Formeln eine konzeptuelle Brücke zwischen Psychoanalyse und kognitiv-behavioralen Behandlungsansätzen deutlich (vgl. Dührssen 1985).

## 5.4 Fallbeispiel

Bei dem nachfolgenden Fallbeispiel handelt es sich um eine dynamische Psychotherapie mit einem Gesamtumfang von 80 Sitzungen und einer Behandlungsdauer von etwa 2,5 Jahren. Die Behandlung wurde in wöchentlichen Sitzungen durchgeführt; in der Abschlussphase zunächst mit 14-täglichen und dann deutlich selteneren Terminen. Der Patient wurde mit seinem Urlaub nicht auf die Ferienzeiten des Therapeuten festgelegt. Umfang und Dauer der Behandlung entsprechen damit dem üblichen Rahmen einer dynamischen Psychotherapie.

### Fallbeispiel

Der 48-jährige, noch verheiratete und getrennt lebende Verwaltungsbeamte stellte sich bei mir (U.R.) auf Anraten seines Hausarztes vor. In mein Behandlungszimmer kam ein schlanker, sportlich wirkender Mann mit festem Händedruck, der mich betont forsch begrüßte. Erst als er Platz genommen und seine Brille abgesetzt hatte, trat sein depressiver Gesichtsausdruck zutage. Er berichtete dann seine Geschichte:

Vor 14 Tagen habe er sich von seiner Frau getrennt, alles sei sehr schnell gegangen, er habe es nicht mehr ausgehalten. Sie habe sich seit einem Jahr sehr verändert – seit sie im Anschluss an eine kurze psychotherapeutische Beratung regelmäßig eine Frauengruppe aufgesucht habe. Sie habe sich völlig verändert! Als er sie schließlich gefragt habe, ob sie ihn denn noch liebe, habe sie mit Nein geantwortet!

Bei dem Patienten bestand eine akute depressive Krise mit deutlich herabgesetzter Stimmung, Einschlaf- und Durchschlafstörungen sowie einer starken inneren Unruhe; gleichzeitig war der Antrieb deutlich reduziert. Auf entsprechendes Nachfragen in einer der nächsten Stunden stellte sich noch eine Reihe bereits länger bestehender chronischer Beschwerden heraus: ein labiler Hypertonus sowie eine noch nicht sehr generalisierte Agoraphobie, die der Patient nicht als behandlungsbedürftig ansah; er vermied entsprechende Situationen. Der Hypertonus wurde von seinem Hausarzt mit  $\beta$ -Blockern behandelt.

Das therapeutische Anliegen des Patienten ging allerdings von Anfang an über eine Krisenintervention hinaus. Er müsse einfach dahinter kommen, was mit ihm nicht stimme, dass sich seine Frau so von ihm entfremdet habe. Der Patient wirkte dabei völlig ratlos, fast verzweifelt, er »verstehe die Welt nicht mehr«. Gleichzeitig äußerte er eine »Mordswut« auf seine Frau, fühlte sich von ihr »beschissen«, zeigte allerdings zunächst sehr wenig das Bedürfnis, die Veränderungen seiner Frau verstehen zu wollen. Vielmehr hatte er die Vorstellung, sie müsse sich rechtfertigen! Ansonsten ein durchaus geselliger Mensch, neigte allerdings eher zu cholerischen Durchbrüchen, was ihm manche Verstimmung der davon jeweils Betroffenen eingebracht hatte.

Aus dem bisherigen Bericht lässt sich bereits andeutungsweise erkennen, dass der Patient seine Ehefrau wie ein Selbstobjekt behandelt hatte. Diese hatte diese Funktion auch bereitwillig viele Jahre ausgefüllt, mit mehreren, durch berufliche Veränderungen des Ehemannes bedingten Umzügen und Gestaltung der

sonstigen sozialen Beziehungen ganz nach den Vorstellungen ihres Mannes. Mit den Veränderungen der Ehefrau war dieses Arrangement nachhaltig gestört worden, der Patient fühlte sich von ihr »nicht mehr geliebt« und wurde krank. Er konnte sich aber überhaupt nicht in seine Ehefrau hineinversetzen und in ihre Motive, in ihrem Leben etwas ändern zu wollen. Er fühlte sich gekränkt, »nicht mehr geliebt«, »beschissen«. Letzteres konnte er selbstverständlich zum Zeitpunkt seiner akuten depressiven Erkrankung so nicht äußern – diese Kennzeichnung seines Befindens war ihm erst einige Monate später möglich. Der Patient hatte sicherlich einerseits Recht damit, dass es in seinem Fall mit einer ausschließlichen »Wiederherstellung des alten Zustands« nicht getan sein könnte. Andererseits wirkte er vom Auftreten her wie eine kleiner Junge, der trotzig etwas ihm Weggenommenes wieder fordert!

Wir verzichteten an dieser Stelle auf die breite Darstellung der Lebensgeschichte und kommen zum Beginn der eigentlichen Behandlung. Diese war durch einen eigentümlichen Verlauf gekennzeichnet, dessen Hintergründe erst zu einem späteren Zeitpunkt für Patienten und Therapeuten klar werden konnten:

### Fortsetzung des Fallbeispiels

Der Patient war in der Annahme, er würde bei mir eine Gruppenbehandlung machen können, von seinem Hausarzt zu mir überwiesen worden. Dies war zu dem damaligen Zeitpunkt nicht möglich, und ich sah bei dem Patienten durchaus gute Ansatzmöglichkeiten im Rahmen einer Einzelbehandlung – auch wenn der Hausarzt aufgrund der (cholerischen) Haltungsstruktur des Patienten zu Recht an eine Behandlung im Gruppensetting gedacht hatte. Als der Patient dann von seiner Krankenkasse die Kostenzusage für seine Einzelbehandlung erhielt, war er überrascht, fast etwas befremdet. Dass wir zuvor eine Einzelbehandlung vereinbart hatten und der Patient auch die entsprechenden Formulare unterschrieben hatte, hatte er »vergessen«.

Dieses Missverständnis führte bei mir zu einer nachhaltigen Irritation, ob ich »wohl der Richtige« für ihn wäre, ob ich ihm nicht doch »etwas Besseres« vorhalten würde etc. Diese immer wieder auftauchende Irritation ließ sich aber erst später mit dem Patienten durcharbeiten. Zu Beginn der Behandlung standen seine aktuellen Klagen über die abrupten Veränderungen seiner Frau und seine neue Lebenssituation ganz im Vordergrund. Es wurde dann deutlich, dass er »keine drei Sätze mit seiner Frau reden« konnte, »ohne

auszurasten«. Als er dann begann, sich über das veränderte Verhalten seiner beiden Kinder, insbesondere des 11-jährigen Sohnes, zu beschweren – seit der Trennung schwankte der Sohn ihm gegenüber zwischen Annäherungsversuchen und Distanzierung – schien sich mir ein erster Fokus (bzw. Thema) herauszuschälen: die sehr uneinfühlsame Art, mit der er die Verhaltensänderung der Kinder nach seiner Trennung nicht »begreifen« konnte. Offensichtlich nahm er die Trauer seines Sohnes überhaupt nicht wahr, während er sich von der 17-jährigen Tochter, die sich ganz mit ihrer Mutter identifizierte, »missachtet« fühlte. Der Patient selbst sah sich wieder nur als der »Betrogene« – zu den inneren Nöten seiner beiden Kinder in dieser Situation hatte er keinen Zugang.

Die vorsichtige Nachfrage des Therapeuten (30. Stunde), ob er schon einmal daran gedacht habe, dass es den Kindern vielleicht in der jetzigen Situation auch schlecht gehen könnte, beantwortete er zunächst mit Unverständnis. Der konfrontierend-informative Hinweis des Therapeuten, dass die Trennung der Eltern von Kindern doch nicht gleichmütig hingenommen werden könne, ließ ihn stutzig werden. Er beschwerte sich dann aber zunächst noch einmal wegen der »Uneindeutigkeit« seines Sohnes. Die deutlich erstaunte Rückfrage des Therapeuten: »Ja, verstehen Sie denn das nicht?« ließ ihn fast zusammenzucken, und mit Erschrecken kam er dann darauf, dass er sich von seinem eigenen Vater – wenn auch in gänzlich anderem Zusammenhang – genauso zurückweisend und wenig einfühlsam behandelt gefühlt hatte!

Ein zufälliges Treffen mit der Tochter an einer roten Verkehrsampel einige Tage später brachte dann Weiteres ins Rollen: Er verspürte den Impuls, die Tochter in ein Café einzuladen, konnte dies aber nicht ausdrücken. Beide trennten sich nach kurzem Gruß, und er erlebte innerlich nur mehr Vorwürfe der Tochter gegenüber, die nichts von ihm wissen wolle – außer Geld zu bekommen! Der Hinweis des Therapeuten, dass die Tochter ja vielleicht auch gewartet habe und von ihm ihrerseits enttäuscht sein könnte, wurde mit großem Erstaunen aufgenommen. Ich ließ ihn phantasieren, wie es auch hätte ablaufen können. Er gewann dann doch zunehmend Zugang zu seinen inneren begleitenden Gefühlen in dieser Situation, seinem Abwarten, seinem Wunsch nach Nähe zu seiner Tochter, nach Gemeinsamkeit – und dann plötzlich: »Aber sie hätte den ersten Schritt tun sollen!« Die Antwort des Therapeuten: »Meinen Sie?« (An dieser Stelle wären jetzt zwei verschiedene Interventionen möglich gewesen: Die

Vertiefung der interaktionellen Störung zwischen Tochter und Vater oder eine Klärung des emotionalen Prozesses, der dem Patienten den ersten Schritt verunmöglichte. Da die erste Möglichkeit einen Aufschub duldete, entschloss der Therapeut sich zur zweiten): »Können Sie noch einmal schildern, welches Gefühl Sie an dieser Stelle eigentlich dort befallen hat, als Sie kurz mit ihrer Tochter sprachen und zunächst einmal den Impuls hatten, gemeinsam in ein Café zu gehen, was lag da zwischen diesem Wunsch, der Erwartung an Ihre Tochter und Ihrer Reaktion, »es dann zu lassen««. Der Patient ließ sich etwas Zeit und kam dann sehr dicht an die Situation heran: »Ich wollte ihr ganz nahe sein, einfach wie ein Vater, sie sagte nichts – und dann war da plötzlich eine große Enttäuschung und eine Wut bei mir, und plötzlich wirkte sie ganz anders auf mich, böse und abweisend!« Der Therapeut: »Und dann haben Sie sich wieder betrogen gefühlt?« Patient: »Ja.«

Unter Assistenz des Therapeuten war es ihm das erste Mal gelungen, die Abfolge seiner Gefühle nachzuerleben, die immer wieder zum Gefühl »der Betrogene« zu sein, führten.

An dieser Stelle wird eine ganz wesentliche Zielsetzung der dynamischen Psychotherapie deutlich: Bis dahin nicht voll bewusste, komplexe sowie in sich widersprüchliche Gefühle und Gefühlsabläufe sollen für den Patienten bewusst werden. Dies geschieht durch Innehalten und Verweilen am Detail. (»Vielleicht können Sie versuchen, noch mal in sich zu schauen, um zu sehen, ob Sie hier nicht noch weitere Gefühle spüren, wenn Sie sich die Situation noch einmal vergegenwärtigen.«) Dabei geht der Therapeut von aktuellen Konflikten auf der psychosozialen Ebene aus und nähert sich dann den damit korrespondierenden innerpsychischen Abläufen an. Denn nur durch die Erfassung dieser kann letztendlich verstanden werden, warum sich die zwischenmenschlichen Beziehungen immer wieder nach einem ähnlichen Muster gestalten. Dieses bestimmt dann im Sinne eines Wiederholungszwanges ganz wesentlich die jeweiligen zwischenmenschlichen Beziehungen und Konfliktthemen.

Für den Patienten bedeutete die Konfrontation mit seinem Empathiemangel zunächst eine starke narzisstische Kränkung, dann aber den zentralen Dreh- und Angelpunkt seiner Behandlung, bei dessen Bearbeitung eine insgesamt sehr förderliche Entwicklung in Gang kam. (Um keine Missverständnisse aufkommen zu lassen: In diesem Fall war der Empathiemangel nicht Ausdruck einer strukturellen Störung, sondern Folge der

ständig virulenten neurotischen Konfliktodynamik des »Zukurzgekommenen.«) Um dies noch einmal zu verdeutlichen, soll im Folgenden das Studententranskript der nachfolgenden 41. Stunde auszugsweise dargestellt werden.

### Beispiel

#### Auszugsweises Transkript der 41. Stunde (13 Monate nach Behandlungsbeginn)

Der Patient griff das Thema der vorangegangenen Stunden auf. Es ging vornehmlich darum, dass er sich in die Wünsche und Interessen anderer schwer hineinversetzen konnte. Er begann sofort und ohne große Überleitung (d. h. die vorangegangenen Stunden waren trotz der geringen Frequenz – eine Stunde/Woche – für ihn sehr präsent):

Patient (P.):... Ich weiß nicht, ob ich es aus Verärgerung oder aus Bosheit tue! Weiß jetzt nicht, ob ich das jetzt so klar ausgedrückt habe, oder ob das so rübergekommen ist, wie ich das meine. So letztendlich, die letzten Auseinandersetzungen, die ich hier mit ihr habe, die sind ja im Grunde genommen fast immer so um irgendwelche Überweisungen oder ums Geld oder um was zu bezahlen. Das ist so der letzte Rest, der da noch geblieben ist. Und dann denke ich immer, wenn sie sich über was beschwert, dann rege ich mich herzlich drüber auf und dann, »das ist ein Unding, wie kann man sich darüber aufregen«, und wenn ich mich dann so neben mich stelle, dann denke ich: »Eigentlich hat sie vielleicht Recht«.

Therapeut (T.): Mit der Beschwerde?

P.: Ja. Aber ich habe sofort eine Möglichkeit für mich dabei und sage: »Das ist aber ja eigentlich! Denn selbst wenn sie in diesem Punkt Recht hat, aber in drei, vier anderen Punkten hat sie dann nicht Recht gehabt, und deswegen kann ich ja in diesem Falle ihr auch nicht Recht geben!« – Oder ich gebe ihr in diesem Falle auch nicht Recht. Ich weiß nicht, ich rede ein bisschen diffus im Augenblick sicherlich.

T.: Vielleicht hilft hier ja ein Beispiel weiter?

P.: Ja, genauso. Beispiel vom, vom letzten Mal. Sie [gemeint ist die »Noch-Ehefrau«; Anmerkung vom Verfasser], wir haben uns geteilt in der, in der Bezahlung dieser des Zahnersatzes für meine Tochter, beim letzten Mal. Nun war das sowieso schon so ein Thema, weil ich da in einigen Beziehungen, einigen Punkten anderer Meinung war und das auch nicht so und weil sowieso viel verkehrt gelaufen war, aber letztendlich kam noch und dann noch die Bezahlung. Ich hatte ja hingeschrieben, das und das ist als Rechnung dabei

herausgekommen, und sie möchte sich ausrechnen und dann ihren Teil überweisen. Habe extra geschrieben »ihren Teil« und nicht »die Hälfte«, sondern weil ich denke, wenn man ganz gerecht sein will, dann müsste man eigentlich sogar nach dieser Aufteilung von 50%... Jetzt werde ich auch kleinkariert, das ist eigentlich gar nicht meine Art, aber es ist wirklich so. Die ganze Beziehung zu ihr ist alles kleinkariert geworden. Dann müsste man eigentlich 54 zu 45% rechnen, weil sie mehr verdient als ich. Ja, das ist ja nun mal. Bitte, nun was soll es, es ist egal. Weil bei 1000 Mark sind 5% auch... wieviel sind es? 50 Mark. Immerhin. Da kann man abends schön für Essen gehen, denke ich mir. Da schrieb sie das letzte Mal, dass sie sich versichern muss für 50%, und ich wäre nur für 20% versichert... 30% versichert, und das macht eine Differenz von 20% und trotzdem müsste sie die Hälfte... trotzdem würde ich, würde sie die Hälfte der Krankenversicherung der Kinder mittragen. Das würde sie eigentlich als ungerecht empfinden. So, das ist das Beispiel. Das stimmt ja eigentlich. Das ist ja eigentlich richtig.

T.: Also, eigentlich hat sie Recht?

P.: Ja, weiß nicht. Ihnen gegenüber kann ich es vielleicht Recht geben oder zugeben.

T.: Also mir können Sie es ja sagen.

P.: Ihnen kann ich es ja sagen.

T.: Ich sag es nicht weiter.

P.: Na ja. Ja, eigentlich hat sie in dem Punkt Recht. Das ist richtig, ja. »Aber« sage ich mir sofort und habe mir schon gedacht, jetzt müsste, eigentlich müsste ich, müsste ich ihr mal alles aufrechnen, wo ich dieses nicht so auf den Pfennig ausgerechnet habe, und wo ich da nicht so darauf geguckt habe. Ich habe, wir haben zwei Kfz-Versicherungen gehabt, und ich habe die eine Versicherung genommen, die, die neue, von dem Zweitwagen. Wieso eigentlich frage ich mich heute? Ich habe es genommen...

T.: ...War die teurer?

P.: ...Ja, wesentlich teurer. Die andere ist auf 35% damals gewesen und diese auf... auf?... Ich weiß jetzt gar nicht, wie sie damals war, 85% oder so was, und das braucht man bloß gegeneinander aufzurechnen, dann kommt dann auch. Und wenn ich das so mache wie meine Verfllossene, die macht das immer zwei Stellen nach dem Komma noch, dann würde ich gleich ausrechnen können, aber im Monat sind das so und soviel Mark, die ich damit aufbringe, und dem könnte ich so weitererzählen. Und das ist es, was mich eigentlich..., ja, warum ich das eigentlich nicht mache? Warum ich nicht alles sage? »Du hast ja Recht mit



der Versicherung, stimmt. Wenn man es so sieht wie du, müsste man das eigentlich schon machen. Du bist zu 20%, du bist zu 50% versichert, du musst dich selber...«

T.: ...Diese Gespräche finden ja eigentlich gar nicht statt, sondern sie sind so innere Dialoge bei Ihnen, nicht? So wie ich das vermute?

P.: Nee, die finden nicht statt. Nee. Weil, wenn so ein Gespräch stattfinden würde, dann würde ich im Nu vom »Hölzchen aufs Stöckchen« kommen. Das wäre also sofort, ... hätte ich dann das und dann hätte ich und so und was da alles so nachträglich [es folgen weitere ausführliche Erklärungen]... Und ich denke, da ist ganz viel verkehrt gelaufen, so aus Wut oder in dieser Verärgerung oder in diesem Chaos, was ich damals gehabt habe, als ich aus... weggezogen bin. Da wollte ich mit vielen Sachen nichts mehr zu tun haben. Und hab dann gesagt »O.k., das ist in Ordnung«, und das Haus. Und dann hat sie mir geschrieben noch mal mit dem Haus, das habe ich ihr gesagt. »Das Haus wird, ich möchte, dass das Haus verkauft wird, dass du mich auszahlt, oder dass du selber was machst, oder wir teilen uns das, oder was immer wir auch damit machen«. Und dann hat sie selber einen Kaufpreis vorgeschlagen, und das war damals, wie gesagt, so, na ja, ja. Ich wollte auch nichts weiter haben. Und wenn ich das beim Tage betrachte oder so, ich denke, das der lag wesentlich unter dem, was er wirklich als Wert hätte. So, das sind so Sachen, die so mitschwingen, heute noch. Das kann ich natürlich heute nicht mehr sagen, aus Verärgerung, was ich früher verkehrt gemacht habe, oder so, nee? Das oder das Auto, was sie mir aus dem Arm geleierte hat. Da hat sie mich vor die Alternative gestellt. Ich hab gesagt: »Dann müssen wir das, den anderen Wagen teilen«... Also auf gut deutsch gesagt: Die Verärgerung darüber, dass eigentlich in dieser Erstphase viel, ich denke so, zu meinem Nachteil gelaufen ist. Was ich mir vielleicht auch selbst eingebrockt habe. Sowohl die ganze Situation auch, ich hätte das alles nicht machen brauchen, ich hätte ja auch da wohnen bleiben können, ich hätte ja auch sagen können, hätte ja auch sagen können: »Bitte sieh zu, dass Du die Kurve kriegst hier, ich möchte in dem Haus bleiben hier«. Das ist die Voraussetzung zu dem, was ich dann möchte. Oder so. Und ich habe im Grunde genommen überall, ich sage mal, die Arschkarte freiwillig gezogen.

T.: Den schwarzen Peter, oder?

P.: Ja, auf gut deutsch. Ja, ich weiß nicht, die, die schlechte Karte.

T.: Aber wenn Sie dann so diese inneren Dialoge mit Ihrer Frau führen, der Ton ist dann ja immer so ein kleines Stück so vorwurfsvoll, ja?

P.: Ja, klar.

T.: Ja?

P.: Klar, sag ich, ja, ja.

T.: Also, das hört sich so unterm Strich an, sie ist Ihnen eigentlich noch was schuldig, ehe dass sie auseinander gehen könnten?

P.: Ja, das geht ja nun alles nicht mehr, was alles falsch gelaufen ist. Ich kann ja nicht nachträglich noch mehr für das Haus verlangen oder für das Auto oder für das ganze Mobiliar, was in dem Hause stehen geblieben ist [längere Ausführungen...] Aber jedenfalls ist da viel zu meinem, habe ich den Eindruck, zu meinem Nachteil geschehen.

T.: Und irgendwie gelingt es Ihnen ja innerlich, da keinen Schlusstrich zu ziehen, ja?

P.: Vielleicht ist das ja natürlich wieder diese gewisse Hinterfurzigkeit, denke ich jetzt oder diese Nöligkeit, über die wir hier auch schon mal rüber geredet haben, die so in mir noch schlummert oder immer drin ist. Dass ich jetzt auf diese Art und Weise über solche, solche..., ob es nun 38,22 Mark sind oder so was Ähnliches. Das ist mir eigentlich so scheißegal, aber es kommt mir nicht in den Kopf zu sagen: »Nee, nix da, hast du ja recht. Deine Krankenversicherung, das sind 20% Unterschied, macht im Monat 30 DM. Das sind zwar 30 Mark weniger.« Das ist unsinnig, aber es ist so. – Denn eigentlich, ich sag ja, denn eigentlich hat sie Recht.

T.: Was meinen sie da so mit Ihrer Hinterfurzigkeit in dem Fall?

P.: Na ja, so sich, später eben, das zu verschaffen, das Anrecht zu verschaffen, das man meint sich verschaffen zu müssen, aber auf eine Weise, die dabei nicht so passt. Und das der Andere gar nicht durchschauen kann, so das ist so ja. Das ist hinterfurzig. Ich weiß nicht.

T.: Also, Sie hatte ja vorhin auch gesagt sehr nachträglich, ja also es ist zeitlich sehr nachträglich.

P.: Na klar.

T.: Aber auch im wörtlichen Sinn so wie wir letztes Mal, wir es überlegt haben, ein Stück, dass dann immer so was Nachtragendes dann darein kommt, nicht. Das ist ja jetzt schon alles über ein Jahr her, nicht?

P.: Fast zwei Jahre.

T.: Zwei Jahre, zwei Jahre! Aber die Dinge beschäftigen Sie immer noch so, dass Sie dies sie sogar bei der Beziehung zu ihrer Freundin dann stören, nicht? Ja, in ihrem letzten Urlaub?

[Anmerkung vom Verfasser: Der erste Urlaub mit der neuen Freundin war dem Patienten völlig »missraten«, da ihm ständig nur Dialoge mit seiner »Ex-Frau« durch den Kopf gingen!]

P.: Sie kann gar nicht Recht haben. Und dabei habe ich so auch schon oft so für mich auch selbst überlegt in solchen Beziehungen, weil das in der letzten Zeit ja nur diese Auseinandersetzung da um Geld noch geht. Das ist ja der einzige so, so Faden, wo wir uns überhaupt noch auseinander setzen. Das ist, das hat nie eine Rolle für mich gespielt. Weil ich da überhaupt gar keine... Das ist mir völlig gleichgültig, ganz oft völlig gleichgültig gewesen, die Rolle des Geldes. – Und was ich da einspare an den 32 oder 38 oder 45%. Ich weiß es überhaupt nicht, wie viel das sind. Das hat sie bestimmt schon geschrieben, und ich vergesse das dann. Das, das gebe ich zwei-, dreimal im Monat wieder dafür aus, dass ich was, weiß ich was, mit meinem Sohn oder irgendwas mit meinem Sohn mache oder ihm zusätzlich mal was gebe oder meiner Tochter zusätzlich Geld schicke. Das mach ich also auch noch zusätzlich. Also das ist nicht das Geld. – Ja.

T.: Wir hatten ja letztes Mal überlegt, ob das nicht sogar direkt, eine fast so eine Grundhaltung bei Ihnen sein könnte, die sogar von Ihrer Frau unabhängig da ist, und Ihre Frau ist jetzt sozusagen das Objekt, ja? Wo Sie bei ihr leicht nachtragend sein können? Also, was vielleicht nachtragend ist.

P.: Leicht,... leicht ist nett ausgedrückt.

T.: Sie finden es schon nicht mehr leicht?

P.: Nee, nein, na ja, das ist ja nun klar, nach zwei Jahren müsste man irgendwo mal was sagen können. Das kann man ja vergessen.

T.: Ja, man müsste nach zwei Jahren sagen können, wenn es von der Person, wenn es nur an der Person hängen würde, aber es scheint ja von der Person vielleicht sogar unabhängig zu sein. Weil Sie hatten ja auch, wenn ich andere Beispiele nenne, auch bei ihrer Tochter die Situation an der Ampel, wo Sie, wo ja wirklich unklar war, wer spricht wen an, und ich hatte so am Anfang das Gefühl, zunächst, dann haben Sie es ihr es fast auch ein bisschen innerlich vorgeworfen, dass sie dann weitergegangen ist. Ja? Oder?

P.: Ja, doch. Klar. – Ich denke das hat auch schon was damit zu tun, so mit so für mich Recht haben und nicht Recht haben dabei. Und ich könnte jetzt, ich weiß es nicht, oder was. Das wurmt mich irgendwo, wenn ich so sehe, dass sie, dass sie es nun gegebenenfalls besser haben könnte als ich. Vielleicht auch finanziell besser hat. – So in ähnlicher Form wie... wie das jetzt

abgelaufen ist hier, ist das schon mal passiert. Habe ich das schon mal gehabt, als mein Vater letztendlich gestorben ist. Als mein Vater gestorben ist und dann seine Hinterlassenschaft hatte.

T.: Wie war das da?

P.: Da, er hat eine Wohnung hinterlassen in..., eine Eigentumswohnung, und wir sind vier Kinder,... eine ganze Wohnung voll von Mobiliar, und was da sonst noch drin steht, von Silber über Schreibtisch und sonst was, was da alles drin war. Und ich habe dann relativ schnell gesagt. Ich möchte, dass diese Wohnung verkauft wird, und dass wir uns das Geld teilen. So kann keiner was damit anfangen, denn im Moment... dann kann keiner was mit machen. Ich könnte das auch so gut gebrauchen. Könnte man gut was mit anfangen. Würde ich mich stark mitmachen. Und deshalb meine älteste Schwester, mit der ich halt schon wie lange nur im Zoff liege dort, die meinte nun, das wäre ja wohl, ja ein Frevel größten Ranges, und...

T.: Frevel?

P.: Ja, und das wäre, diese Wohnung wäre gebaut worden für die Kinder und wenn, und wenn dann mal einer – so hätte es der Vater mal gesagt – in Not wäre, dann könnte der da einziehen mal, und deswegen sollte man die immer behalten und nicht verkaufen, und was sie sich alles hat einfallen lassen. Meine zweite Schwester, die hatte dann nichts zu ihr gesagt und die dritte ja, hmm und hier hin und her. Ich hab gesagt, denke schon, dass wir das verkaufen. Ja und dann letztendlich waren sie sich dann einig, es sollte verkauft werden. Und dann ging es darum eben, dass wir durch die Wohnung durchgegangen sind, dann fingen sie an, da was zu teilen, und hier müsste dies und der müsste das, und das war mit dann so ätzend, da habe ich in ähnlicher Form reagiert, wie ich hier in... reagiert habe mit meinem eigenen Haus. Ich interessiere mich überhaupt nicht, das kann alles hier bleiben. Ihr könnt das alles unter Euch aufteilen. Ich will halt ein Ding von meinem Vater, dass ich mich daran erinnern kann, und einige von meiner Mutter als Erinnerung und den Rest, was hier als Mobiliar drin ist, das interessiert mich nicht. Das könnt Ihr haben. Könnt Ihr alles unter Euch aufteilen. Und das ist letztendlich auch so gewesen. Dass ich dann gedacht habe, eigentlich ist,... war es voll bescheuert, wenn ich so gucke, was ich vielleicht diese Stücke hätte man gut gebrauchen können für das, oder so, aber sehr viel später erst. – So aus einer Situation so raufgegangen, aus einer Verärgerung heraus und dann darauf verzichtet oder gesagt: »Will ich gar nicht«, obwohl man innerlich viel-

leicht gar nicht davon überzeugt war, nicht zu wollen.

Vielleicht so.

T.: Sie vergleichen das jetzt mit...

P.: Ich versuch das so, ja, weil das so ähnlich ist...

T.: Mit der Situation, wie Sie dann plötzlich ausgezogen sind zu Hause...

P.: Ja doch, ja.

T.: Bei Ihrer Frau.

P.: Ja. Da hätte man letztendlich dann in ähnlicher Form auch so. Das war mir so. Sie stellte sich das so vor, das war mir so eine Wahnsinnsvorstellung. Sie stellte sich das so vor, man gehe von Schrank zu Schrank, Hälfte da, Hälfte das und so. Ich hab das angefangen, dann habe ich gesagt: »Ich denke, ich ticke aus, hier. Die ganzen Klamotten, die Du da sortiert hast, Du kannst den ganzen Scheiß behalten!« Bin rausgegangen, bin weggefahren, sie stellte sich vor, dass man wirklich so alles Teil für Teil teilen könnte.

T.: Ja, aber das, Ihnen war das ja eingefallen, mit der Situation nach dem Tode ihres Vaters...

P.: Ja.

T.: Jetzt auch, weil irgendein Gefühl anscheinend so ähnlich da war, nicht?

P.: Ja.

T.: Vielleicht können Sie das noch mal beschreiben. Was war da so ähnlich?

P.: Das ist jetzt kein Gefühl in dem Moment, indem Sie es sagten, ging mir sofort spontan das Wort »angeschissen« durch den Kopf. Das ist jetzt kein Gefühl gewesen, sondern das Wort stand so... im Raum!

### Fortsetzung des Fallbeispiels

T.: Im Raum?

P.: Ja, aber, na sicher, ja. Es passt natürlich da vorne nicht, nee, passt da so nicht hin.

T.: Und warum passt es nicht?

P.: Wer hat mich da angeschissen, mein Gott noch mal! Keiner! Das hab ich mich ja selber. Letztendlich bin ich es ja selber gewesen. Letztendlich habe ich mich so um den realen Teil selbst gebracht, wenn ich dann sage: »Hier, will ich nicht. Ich will davon nichts haben.«  
T.: Ist es denn so, dass Sie denn häufiger das Gefühl haben, Sie sind angeschissen?

P.: Ja, wenn ich nicht frühzeitig meine Wünsche oder Bedürfnisse an mir, sondern mich an bestimmter Stelle nicht traue so was, dann zieht sich das irgendwo so weiter, und irgendwann kann man das dann vielleicht auch so. Und dann sage ich das auch nicht mehr. Und dann lasse ich es auch so. Dann fühle ich mich in ähnlicher Form, ja.

T.: Aber in dem Fall, nach dem Tod Ihres Vaters, war es ja so. Sie haben ihre Wünsche angemeldet. Nur Ihre...

P.: Hausverkauf, Hausverkauf. Entschuldigung, Wohnung verkaufen, ja richtig, um mit dem Geld was anfangen zu können...

T.: Und als das sich nicht so durchsetzen ließ, dann haben Sie gesagt: »Da mach ich gar nicht mehr mit!« – also mit anderen Worten.

P.: Nee, nee. Das wurde ja dann verkauft. Sie wurde ja verkauft.

T.: Ach ja.

P.: Ja, ja. Nee, so nicht. Das war dann auch so. Die [andere] Schwester... die hat dann auch gesagt, ja, finde sie auch in Ordnung so! Na ja, und letztendlich ist es ja auch wohl tatsächlich so, wenn einer von den Damen seinen Anteil, da aus der Wohnung ausgezahlt haben will, entweder wir zahlen sie aus, oder man muss sie wirklich verkaufen. Oder wenn es dann zwei sind.

T.: Und dann sind Sie dann regulär ausgezahlt worden?

P.: Ja, ja.

T.: Aber eben kam das atmosphärisch hier so rüber, als seien Sie betrogen worden!? – Oder zu kurz gekommen!

P.: Ernsthaft?

T.: Angeschissen, ja.

P.: Na ja, ich sagte, das ist mir so durch den Kopf gekommen, und ich habe dann auch gleich gesagt, das ist aber, das habe, das passt dazu nicht. Das passt nicht zu dem Ganzen...

T.: Ja, ja, aber das Gefühl war da?

P.: Ja, das kann ich doch aber gar nicht begründen. Das ist doch. Das passt doch nicht...



### 5.4.1 Gesprächsverlauf im ersten Drittel der Stunde

Ausgehend von der aktuellen Alltagssituation mit entsprechenden Konflikten erfolgt seitens des Therapeuten ein interessiertes Nachfragen, ein Klären der **begleitenden Gefühle**, über die dann die **innere Formel** als verdichteter Ausdruck eines Grundgefühls deutlich wird. (Im vorliegenden Fall wird dies außerordentlich verdichtet deutlich durch ein Wort, das »einfach im Raum steht«: »Angeschissen!«

Vom Sprachduktus sind die langen (z. T. hier gekürzten) Redepassagen des Patienten und die nur kurzen Interventionen des Therapeuten charakteristisch für das erste Drittel einer Stunde.

T.: Das müssen Sie auch nicht – das müssen Sie auch nicht begründen!... müssen Sie auch nicht. Wir wollen hier nur klären, was für ein Gefühl Sie haben.

P.: Ja, ja.

T.: Es fällt Ihnen schon auch selber auf, ja, dass das nicht so passt, aber es ist ja so...

P.: Ja, es stimmt, es stimmt.

T.: Tja, ich könnte mir sehr gut vorstellen, wenn man sich dann so angeschissen fühlt, dass man dann auch vorwurfsvoll wird, ja also? Oder nachtragend oder.

P.: Ja, ja, gut, klar.

T.: Darum habe ich das ja anscheinend auch nur missverstanden, weil es sich so anhörte, als seien Sie wirklich beschissen worden, ja?

P.: Das hat mich, weiß ich nicht. Das hat mich nicht gewundert eben, das hat mich fast unangenehm berührt oder peinlich berührt. Peinlich berührt so, dass ich was überbringe, was ja gar nicht stimmen kann, oder was ja gar nicht so ist. Was der Tatsache gar nicht entspricht. Denn Sie haben das offensichtlich so überbekommen, als wenn ich das Gefühl hätte, ich wäre damals angeschissen worden. Das stimmt ja überhaupt gar nicht. Sondern angeschissen war es ja wirklich nicht, das passt ja höchstens, wenn, dann habe ich mich da selber um meinen eigenen Teil angeschissen, dass ich mich zurückgezogen habe und gesagt habe, von dem Mobiliar und Silber und Bildern will ich nichts haben. Ich mach das nicht, diese Streiterei darum. Na ja, o.k., das ist im Grunde genommen, im Grunde genommen ist es genau das gleiche dann gewesen mit meiner Frau. Die hat das ja angeboten, Ich hätte das ja alles in der Tat so kriegen können und alles. Sie hat ja zu allem immer die, ich sag jetzt mal so aus ihrer Sicht heraus, »gerechten Angebote« gemacht, nee. »So, wir nehmen die Möbel. Du, können wir alle teilen die Möbel, können wir alle unterm Arm nehmen und irgendwo hinstellen und woanders verkaufen«. Das hat sie mir alles angeboten. Und auf dem Papier gesehen ist auch die, der Verkauf des... des Autos so in Ordnung gewesen, auf dem Papier gesehen, war auch das mit dem Haus so in Ordnung, das hätte ich genauso sagen können: »Da lass ich mich nicht darauf ein, was du vorgeschlagen hast, ich möchte gerne einen amtlichen Schätzer haben, dann könnte der Schätzer ja, der Schätzer, das Haus dann teilen, das was er gesagt, ha.« Peng, aus. Das hätte man alles machen können.

T.: Aber Sie haben dann nicht mehr mitgespielt?

P.: Das, denke ich, ist eine Art, das geht mir heute noch so, auch so, wenn sie eine Quittung für irgendwas ver-

langt, was sie dann nun irgendwo bezahlen soll, für Belege, für die beim, beim Zahnarzt. Das geht mir heute noch so, dass wir, dass ich denke, man, wie geht man hier mit mir um, oder wie, wie gehen wir miteinander um, so wie schlechte Geschäftspartner oder so was Ähnliches oder. Und ich denke, – so ein Ding hätte ich eingeholt, Schätzerpreis, wenn ich, ja, weiß ich deswegen, ich ein Haus hätte kaufen wollen für jemanden, den ich nicht kenne oder so. Aber nicht von einer Frau, mit der ich... Jahre zusammengelebt habe. Da hätte man sich so einigen können. Denke ich zumindest, dachte, dachte ich zumindest, weiß ich nicht. War ja aber nicht so. Aber wenn das nun auch alles schon so gelaufen ist, dann hätte ich aus dem Ersten schon mal lernen können, nee? Das ist ja nun offensichtlich schon so ähnlich mal gewesen. Dann hätte ich ja nun schon mal meinen Schluss daraus ziehen können und sagen können: »Das passiert dir so nicht wieder, das musst du irgendwo sachlich anders machen«.

T.: Sie meinen, Sie haben daraus nicht gelernt, aber Sie hätten es müssen?... Aber es ging ja offensichtlich nicht.

P.: Die Erfahrung dort oder dieses Gefühl, aus dem Grunde, was wir eben gerade gesagt haben, beim ersten Mal, dann bei der Aufteilung der Wohnung so angeschissen zu sein, wo es kein geschissen ist. Das war mir doch bekannt, das wusste ich doch. Daraus hätte ich doch dann für mich schließen können, müssen eigentlich, das kannst Du so nicht wieder machen, sondern da kannst du nicht alles wegdonnern und dann kannst du jetzt einfach nicht. Das musst du einfach anders machen, dann musst du ja wirklich, dann musst du jemanden hinschicken, der dann Möbel für Möbel teilt. Oder, ich weiß ich nicht, vielleicht hätte ich da irgend jemand finden können, wenn ich es nicht kann.

T.: Ich denke, das wäre ja dann eine äußere Lösung gewesen, die also sozusagen ein neutraler dritter Schiedsrichter oder wer auch immer hätte treffen...

P.: Ja...

T.: Sollen. Aber es geht ja hier, hier gar nicht darum, weil das steht ja heute gar nicht mehr an. Es geht ja eher darum, was Sie dazu bringt, dann doch offensichtlich häufiger in so eine Situation reinzugeraten, die objektiv nicht so ist, aber Sie fühlen sich angeschissen und nachher dann, werden sie vorwurfsvoll, ja oder sozusagen, die Sache kommt nicht zu Ende, weil Sie es dann nachtragen, ja?

P.: Das Muster passt.

T.: Ja?



P.: Das kommt mir vor, so wie Sie das eben so formuliert haben. Ich habe das so nicht mehr vor Augen gehabt. Das passt, das kenne ich so.

T.: Dies Muster kennen Sie so?

P.: Ja, das Muster kenne ich so. Das ist eine Situation, eingefangen zu sein, und dann hinterher festgestellt zu haben, man... man ändert nichts so oder macht nichts so und sich fühlen hinterher, sich angeschissen fühlen...

T.: Das Gefühl kommt Ihnen sehr bekannt vor, ja?

P.: Ja, das kenne ich so... [nach einer Pause] Das kommt mir sehr bekannt vor... Damals als wir das Haus gekauft haben, einen Zweitwagen, als sie wieder anfang zu arbeiten, dann haben wir so ein Billigauto gekauft. So einen alten Käfer. Und den wollte sie fahren dann. Und das war so eine alte Gurke, und dann hab ich gesagt: »Irgendwann müssen wir sowieso ein neues...«, dann habe ich gesagt: »Nee, eigentlich ist das nicht nötig«. »Doch« hat sie gesagt, wir wollten keinen anderen haben, und das ist in Ordnung mit der Gurke hier und wollen auch keinen anderen und können auch momentan keinen bezahlen. Ist gut. Und dann habe ich irgendwann zu einem Punkt gesagt: »Nee, es ist gut. Nun können wir mal tauschen. Jetzt fahre ich mit dem Wagen. Ich will das so machen. Und Du bist dann genug mit der Gurke gefahren. Und wenn Dir mitten unterwegs was passiert, ich weiß besser, wie ich mit so einem alten Wagen umgehen kann als Du.«... Und dann habe ich das, das Ding, gefahren mit dem Gefühl, wie Sie eben gesagt haben. Angeschissen zu sein, mit so einer alten Gurke durch die Gegend zu fahren.

T.: Ja, aber Sie haben es selber...

P.: Ja, das habe ich so gesagt. Verstehen sie?...

T.: Ja, aber vielleicht war es so, Sie haben es sich so gewünscht, dass sie wieder der Angeschissene sind?

P.: Ach, was! Ach, das ist ja witzig, nee, das habe ich mir eigentlich nicht gewünscht...

T.: [Korrigiert seine etwas zu direkte auf eine unbewusste Intention des Patienten abgestellte Intervention] Nee, so direkt glaube ich das auch nicht, aber es fühlt sich ja fast so an, ja? Also, Sie opfern sich und begründen das Ihrer Frau auch noch gegenüber. Begründung kann man auch nachvollziehen. Aber dann haben Sie das Gefühl, Sie sind der Angeschissene.

P.: Da passt was nicht, nee?

T.: Doch das passt genau.

P.: Verstehe ich nicht.

T.: Also, es passt in dies Muster wieder rein...

P.: Ja, ja, in das Muster passt das, aber das... das ist doch irgendwo. Da ist doch was nicht in Ordnung!

T.: Ja, intellektuell vielleicht nicht, aber es ist doch zunächst ein Gefühl, was offensichtlich sich immer wieder seine Situationen sucht, ja? Ein sehr starkes Gefühl. So hatten wir es ja auch letztes Mal versucht...

P.: Ja, ja...

T.: Zu erklären.

P.: Also, ich denke, es gibt da bestimmt, bestimmt x Beispiele dafür, nee, was ich eben so gesagt habe. Das kommt mir so bekannt vor, das Gefühl da. Und das Muster, das ist so. Aber das geht nur so, wenn ich so detailliert nach irgendwas suche, verbohrt, dann kriege ich das nicht hin...

T.: Also, nein!...

P.: Aus dem Berufsbereich kommt mir das so bekannt vor, so wie... so wenn in einer Abteilung etwas total verschlampt ist, und es wird einer gesucht, der es wieder in Ordnung bringt, dann sage ich oft: »Ach ja, das mache ich schon. Dann gehe ich da rein und so. Wir tauschen damit. Ich kriege das schon auf die Reihe«. Mach dann auch so weiter und dann übernehme ich das und denke so... und hinterher ärgere ich mich darüber und fühle mich hinterher als Angeschissener, statt vorher zu sagen...

T.: Also, Sie nehmen freiwillig jemandem eine schwierige Sache ab und...

P.: Ja, ja.

T.: Ach, und dann danach?

P.: Sage ich mir: »Das könntest du viel einfacher haben«.

T.: Und Sie haben Ihren Bereich gut aufgebaut, oder?

P.: Ja, ja so ungefähr, so in der Art.

T.: Aber das ist ja fast dann so, als könnten Sie sich nicht wohl fühlen, wenn Sie dann mal sozusagen Ihren Erfolg auch genießen könnten oder die Ernte einfahren könnten, wenn Sie ihren Bereich gut geführt haben, also?

P.: Ja, ja...

#### 5.4.2 Mittleres Drittel der Stunde

Nun wird der thematische Fokus durch weitere dem Patienten einfallende Beispiele verdichtet. Dabei wird das Irrationale an den entsprechenden Gefühlen verdeutlicht. Weniger dessen intellektuelles Verständnis sondern die Dynamik der sich immer wieder durchsetzenden Gefühle, die sich ihre »passenden« Situationen suchen, darf im Vordergrund stehen.

Danach greift der Therapeut noch einmal auf einen dazu passenden und sehr bedeutsamen Konflikt aus der unmittelbaren Gegenwart zurück.

### Fortsetzung des Fallbeispiels

T.: Irgendwie hat das alles Ähnlichkeit miteinander, wie das so abläuft... [zögernd] Ja, und ich war ja eigentlich von diesem Beispiel mit Ihrer Tochter auch noch nicht so ganz losgekommen, weil mich das auch sehr berührt hatte. Weil das ja traurig wäre, wenn, Sie haben ja jetzt geschildert, beim letzten Mal, dass Sie Ihnen doch ganz nett irgendwie geschrieben hatte, nicht?...

[Bezug auf die Vorstunde!]

P.: Einen Brief hat sie mir geschrieben. Einen richtigen langen. Einen richtigen Brief.

T.: Ja?!

P.: Ja, das war toll. Ja, habe ich überhaupt noch nicht gehabt von ihr. – Tja.

T.: Das hätten Sie ja beinahe gestört. Aber Sie wollten doch dann auch wieder irgendwie so, na vorwurfsvoll reagieren...

P.: Ja, mit dem Telefon. [Patient trägt die Telefonkosten für seine studierende Tochter, die ihn aber nie anruft!]

T.: Und dann hätten Sie sicherlich auf lange Zeit hinaus diesen Brief nicht bekommen, ja?

P.: Das ist richtig. Ja, so wird es wohl sein. Nur aber, es wäre ja eigentlich...

T.: Ja, jetzt sagen Sie es!

P.: Es wäre ja eigentlich rechtens gewesen, ihr diesen Vorwurf zu machen. Verstehen Sie das. Das ist es doch. Ja, das ist rechtens, und Recht, und weiß ich nicht, aber, aber es stimmt. Sie sagen genau, es ist richtig so. Ich habe mich da zurückgehalten und habe dann zwar so erwähnt, dass es unglücklich gelaufen ist.

[Anmerkung vom Verfasser: Es handelt sich um die oben erwähnte Situation an der roten Verkehrsampel, an der der Patient seine Tochter getroffen hatte, den Impuls hatte, sie ins Café einzuladen, dann aber gezögert hatte, sich dann plötzlich abgelehnt gefühlt hatte und dann gekränkt war. Mit »unglücklich gelaufen« konnte er jetzt sein Bedauern ausdrücken und vermied seine bis dahin für ihn so typische vorwurfsvolle Ansprache.]

Und was ist dabei rausgekommen? Tatsächlich, sie hat mir einmal eine Postkarte aus... hat sie mir von der Demo eine Postkarte geschickt, eine Ansichtskarte. Also es ist Kommunikation ins Rollen gekommen, in der Tat.

T.: Also dadurch, dass Sie einmal so aufgepasst haben, wie Sie eigentlich fast wieder reagiert hätten und ha-

ben sich klar gemacht, ach, das wäre das alte Muster gewesen...

P.: Richtig, ja,

T.: Und es wäre ja im Grunde genommen, in Anführungsstrichen »schön« gewesen. Sie hätten dann die endgültige Bestätigung, also dass die Welt und Ihre Tochter undankbar sind, ja? Also, ich sag es mal etwas... deutlich...

P.: Ja, ja...

T.: Es wäre doch sehr traurig gewesen, weil die Ihnen doch zunehmend weiter entglitten wäre, ja?

P.: Tja. – Aber da werde ich mal darüber nachdenken noch, länger, über diese Muster. Und dies muss ich mir einfach mal, weiß ich nicht, vielleicht ist das auch ganz wichtig, dass ich mir die mal aufschreibe. Wie oft mir die schon untergekommen sind, diese gleichen Muster. Was zu erbringen und dann, das zu machen und dann zu fühlen, man ist angeschissen, obwohl man es selber war. Und ich selber daran schuld bin, weil ich das selber so in die Hand genommen habe.

T.: Das wirkt ja fast so, als würden Sie dann sehr häufig, wie von ungefähr, so in eine Situation kommen, wo Sie nachher dann der Angeschissene sind, ja, sich angeschissen fühlen. Also dieses vertraute Gefühl kommt dann immer wieder in Ihnen hoch?

P.: Hmm...

T.: Mir scheint aber, Sie haben bei dem Gespräch mit ihrer Tochter den entscheidenden Kick anders gedreht. Sie haben ja gesagt: »Es ist unglücklich gelaufen an der Ampel.« Ja?

P.: Ja, jetzt gebe ich Ihnen den Ball mal zurück. Den Tipp haben sie mir gegeben.

[Anmerkung vom Verfasser: Hierbei handelte es sich natürlich nicht um einen »Tipp« im Sinne eines Verhaltensvorschlags. Vielmehr hatten wir in der betreffenden Stunde ausarbeiten können, dass das vertraute Gefühl des »Angeschissenseins« dem Patienten zunächst den Zugang zu seiner großen Traurigkeit verbaut hatte. Er fühlte sich sehr unglücklich, dass die Tochter nichts mehr von ihm wissen wollte und jedes Gespräch mit Missverständnissen endete. Er hatte dabei auch begriffen, dass »beleidigter Rückzug« eine Beziehung unterbricht, eine bedauernde Anmerkung »unglücklich gelaufen« aber ein Beziehungsangebot darstellt. Sehr betroffen hatte er dabei festgestellt, wie viel er sich in seinem Leben bis dahin über dieses alte Muster »zerstört« hatte, wie unglücklich er mit sich selbst war!]

T.: Ach so? So haben Sie das in Erinnerung... ein Trick? – Ich selber erinnere mich, dass Sie doch in der letzten

Stunde an Ihr eigenes »Unglücklichsein« herangekommen sind, dass Sie über sich selbst unglücklich waren – wie alles immer so läuft – gelaufen ist.

P.: [sichtlich betroffen] Ja, ja...

T.: Mit der Formulierung »unglücklich gelaufen« haben Sie doch auch ihr eigenes Unglücklichsein angesprochen, und... es ist ja wohl bei Ihrer Tochter irgendwie angekommen...

P.: Stimmt, so ist es...

T.: Ja,... sehen Sie es so?

P.: Ja, bisher war ich dann immer so sprachlos in einer solchen Situation oder so. Man wird immer ruhiger und dann weiß ich, Scheiße, jetzt hast du wieder irgendwas kaputt gehauen damit. Das kenne ich selber so. Und diesmal ist das, das war so, nee, das kam angenehm. Das wusste ich. Das, das war mir nicht mal so, dass ich gedacht habe, jetzt hast du aber nicht gesagt, das musst du unbedingt noch, sondern, das, das war erledigt. Das war gut. Und das beschäftigt mich seit dem auch nicht mehr so. Also, ich habe jetzt nicht im Kopfe, dass ich jetzt denke, das mit dem Telefon [Anmerkung vom Verfasser: Patient zahlt Telefonkosten/Tochter ruft nicht an!], sie hat damals, das ist weg. Obwohl...

T.: Haben Sie das abgeschlossen?

P.: Ja, das ist wirklich abgeschlossen, obwohl wir ja damals. Sie hat ja nicht angerufen. Sie hat zuerst bei meiner Verflorenen angerufen. Und eigentlich müsste ich mich da immer noch darüber ärgern. Nee, das, das tue ich echt nicht mehr. Das ist, das ist wirklich abgeschlossen.

T.: Ich denke, wenn Sie sagen: »Das war ja auch unglücklich«, dann geben Sie ja auch zu bedenken, dass Sie es bedauern, ja? Und, dass Sie es schade finden, oder?

P.: Darüber, ja, natürlich.

T.: Und das Ihnen an ihr gelegen ist, ja? – Tja, und jetzt schreibt sie Ihnen von der Demo.

P.: Tja.

T.: Na, Sie hatten doch berichtet, dass Sie doch da so auch von ihren Gefühlen so indirekt geschrieben hat, nicht? Wie sie sich da fühlt. Und das sie sich da wohl fühlt und das, das für sie auch Nähe bedeutet mit Kommilitonen, und. Da teilt sie Ihnen doch sehr viel mehr mit, als sie Ihnen früher mitgeteilt hat? Oder sie fängt an damit, ja?

P.: Ja, das stimmt, das stimmt. Ja.

T.: Ja?

P.: Na ja. Ich ja auch. Ich ja auch. Ich hab ihr ja auch wieder geantwortet.

T.: Ja, richtig.

P.: Das ist auch klar, das ist auch gut so. Ja, ja.

T.: Und, sind Sie ein bisschen stolz auf sich?

P.: Auf mich? Weiß ich nicht, kann ich nicht sagen.

T.: Na, bei Ihnen hat sich das doch dann ganz gut gewendet, so, ja? Sie haben das anders in die Hand genommen als früher, hmm?

P.: Ja, offensichtlich wirklich. Das ist zumindest. Das ist es, was gelaufen. Ja, das stimmt. Positiv gelaufen, auch ja. Und da kann ich auch zufrieden sein, wie das mit meinem Sohn läuft, da kann ich auch zufrieden sein. Da, zu meinen Kindern habe ich da wirklich ein Verhältnis, was, was in Ordnung ist.

T.: Aber das konnte man vor dem Verhältnis zwischen Ihnen und Ihrer Tochter noch nicht so lange sagen?

P.: Nee, eigentlich nicht.

T.: Das ist sehr frisch, ja?

P.: Ja, das stimmt. Das ist richtig.

T.: Ja, wir müssen heute schließen.

### 5.4.3 Letztes Drittel der Stunde

Durch den Rückgriff auf das Thema der vorangegangenen Stunde wird die Thematik verdichtet.

Dabei wird insbesondere auf die innerseelischen Gefühlsabläufe fokussiert, aber auch auf Gefühle, zu denen der Patient gerade neu Zugang gewonnen hat und die ggf. drohen, wieder verschüttet zu werden. Erst danach (wenn auch gleichrangig!) wird dann auf die durch die innerpsychischen Prozesse strukturierte Beziehungsebene fokussiert.

Die positiven Veränderungen des Patienten werden hervorgehoben und bestätigt, insbesondere, wenn es ihm gelungen ist, ein inneres Thema zum Abschluss zu bringen. Dies ist in der Regel nicht in jeder Stunde möglich/sinnvoll, sondern steht oft am Ende einer Stundensequenz, in der eine innere Thematik abgeschlossen werden konnte.

#### Fortsetzung des Fallbeispiels

Seine zentrale innere Thematik wurde dem Patienten deutlich und zunehmend besser in der Behandlung bearbeitbar: Das Bild des »Betrogenen« (innere Formel!) komplettierte sich: Er war eben der Betrogene, der zu Recht sauer ist, der immer »nötig« unzufrieden sein musste, der zwar vordergründig schnell »ja« sagt, dann aber immer ein »aber« hinterher setzt. Und das Wichtigste war: Es wurde ihm deutlich, dass diese nachtragende Grundhaltung gar nichts mit den aktuellen Per-

sonen zu tun hatte, sondern ein inneres Muster war, das er aus der Vergangenheit mitgebracht hatte: Anlässlich des ersten Urlaubs mit seiner neuen Freundin, die er ein halbes Jahr nach der Trennung kennen gelernt hatte, fiel ihm auf, dass er – obwohl alles »eigentlich« wunderschön war – in Gedanken oft »woanders« war: Ständig beschäftigte er sich mit seiner Ex-Frau, führte rechthaberische Dialoge mit ihr, ähnlich wie es auch in der zitierten Stunde abgelaufen war. Wir konnten schließlich erarbeiten, dass dieses innere Grollen und Hadern wenig mit seinen jeweils aktuellen Beziehungspartnern zu tun hatte, sondern ein altes Muster war, nach dem er unbewusst jede Beziehung zu gestalten trachtete. Betroffen und zugleich befriedigt stellte er fest: »Wir kommen ans Eingemachte!«

Dieses Gefühl verstärkte sich noch, als ich ihn dann auf dasselbe, auch im Verhältnis zu seinem Therapeuten, auftretende Beziehungsmuster aufmerksam machte: Seine regelmäßigen Nachfragen, wie ich denn über eine Gruppentherapie dächte und wann diese beginnen könnte. (Auf der Arbeitsbündnisebene bestanden klare Abmachungen: Wir machen eine Einzelbehandlung; man kann nicht beides auf einmal machen; wir haben uns für eine der beiden Möglichkeiten entschieden!) Ich konfrontierte ihn mit dem Gefühl, das er durch seine Nachfragen bei mir immer wieder auslöste: Eigentlich wäre er unzufrieden mit mir, würde bei mir nicht »das Richtige« gefunden haben, sich nicht so ganz Zuhause fühlen? Der Patient war sehr betroffen. Er hatte auf der einen Seite eine durchaus wohlwollende Haltung meinerseits gespürt; »dazwischen schiebt sich aber immer ein anderes Gefühl, fast automatisch: so ein »ja, aber«... es ist wie bei uns zu Hause früher: Äußerlich war alles richtig, aber irgend etwas hat mir gefehlt, richtig zu Hause habe ich mich nicht gefühlt«. Innere Bindungen hatten in seiner Familie – das wurde ihm jetzt deutlich – hauptsächlich über ständige Auseinandersetzungen darüber bestanden, was richtig und falsch ist, wem was zusteht, wer was erbt etc. Erschrocken stellte er fest: »Wenn diese Streitereien nicht gewesen wären, hätte ich kaum eine Erinnerung an die Familie. Ich kenne überhaupt die sonstige Geschichte der Familie nicht!« Dies war etwa in der 45. Stunde, und er verfiel danach in eine tiefe Traurigkeit (»Es heult in mir!«). »Es war gut, dass Sie das angesprochen haben, was da zwischen uns stand! Bei meinem Vater konnte ich das nie, auch wenn ich da immer zu meinem gequälten »ja, aber« angehoben habe«.



Die weitere Behandlung war durch zwei vordergründig nicht zueinander passende Themen gekennzeichnet: Einmal die vertiefte Auseinandersetzung mit seiner Ursprungsfamilie, insbesondere dem Vater; der fehlende innere Halt in dieser Familie fiel ihm auf, seine durchgehende Ängstlichkeit als Heranwachsender, bis er dann ähnlich cholerisch-unduldsam wurde wie sein Vater – ganz erschrocken stellte er dies fest. Neben diesem biographischen Rückbezug, der sich auch noch einmal in der Übertragungskonstellation zum Therapeuten verstärkt hatte, traten dann aber die aktuellen Konflikte mit seiner neuen Freundin mit in den Vordergrund. Unbewusst suchte er wiederum ein ähnliches Beziehungsmuster wie in seiner Ehe zu konstellieren. Als dies bei der Freundin »nicht ankam«, nahm er, ohne es zu bemerken, zu den oben geschilderten inneren Dialogen mit seiner Ehefrau Zuflucht, um sich dieses Muster zu erhalten. Bevor es zu einem nachhaltigen Konflikt und möglicherweise zu einer raschen Trennung gekommen wäre, war dann aber glücklicherweise die zentrale Konfliktthematik des Patienten so weit bearbeitet, dass er das oben geschilderte alte Beziehungsmuster nicht mehr in seine neue Beziehung hineintragen musste. »Es geht auch anders!«, stellte er ganz überrascht fest.

Damit wird ein wesentliches Moment der dynamischen Psychotherapie deutlich:

! Während der Behandlung entstehende »Außenbeziehungen« werden nicht als »störender Nebenkriegsschauplatz« betrachtet, der möglicherweise von der eigentlichen therapeutischen Beziehung nur ablenkt. Vielmehr wird eine neue Partnerschaft mit ihren Chancen als durchaus förderlich für die Entwicklung eines Menschen angesehen – es sei denn, sie sei im hohen Maße pathologisch! Demzufolge erlebt der Therapeut sich nicht in Konkurrenz mit diesem neuen Partner, sondern konfrontiert den Patienten möglichst frühzeitig mit ungünstigen Beziehungsmustern, die eine beginnende Freundschaft nachhaltig gefährden können.

Hierzu gehören insbesondere informativ-konfrontative Hinweise und Fragen, wie z. B.: »Meinen Sie denn, dass eine selbstständige Frau das gerne hat?« (über ihren Kopf hinweg Entscheidungen treffen) oder: »Ist es nicht das gute Recht, dass ein Partner zunächst einmal seine eigenen Vorstellungen hat – bevor man dann vielleicht einen Kompromiss findet?«

Die **neue Partnerbeziehung** ist während einer **psychotherapeutischen Behandlung** ein durchaus nicht seltenes Thema, wird aber in der Literatur relativ stief-



### Wenn der Patient während einer Psychotherapie eine neue Partnerbeziehung eingeht

1. Frage Wie erlebt der Therapeut eine neue Partnerbeziehung seines Patienten: störend und als Konkurrenz? Zurückhaltend und mit Skepsis? Oder als mögliche Bereicherung für den Patienten, aber auch für die Entwicklung des therapeutischen Prozesses?
2. Frage Bringt der Therapeut einer neuen Partnerbeziehung seines Patienten vornehmlich deshalb ein besonderes Interesse entgegen, weil er im Rahmen der sich neu konstellierenden Beziehung innerpsychische Veränderungen seines Patienten überprüfen kann? Die Partnerschaft während der Therapie als Diagnostikum oder Belastungsprobe?
3. Frage Erlebt der Therapeut diese Partnerschaft auch als etwas in sich Erfreuliches und Wertvolles? Eine der neuen Partnerschaft zunächst einmal wohlwollend gegenüberstehende Haltung erlaubt dem Therapeuten, mit den unvermeidlichen ersten Krisen einer neuen Beziehung ganz anders umzugehen. Der Therapeut wird eher bereit sein, seinen auf intrapsychische Konflikte zentrierten Fokus auch gleichrangig auf aktuelle psychosoziale Konflikte hin auszuweiten
4. Frage Ist der Therapeut dafür hinreichend gerüstet? Versteht er z. B. zwischen Realkonflikten und neurotischen Konflikten zu unterscheiden? Ist er zu einer passageren Identifikation mit beiden Partnern, auch mit dem »unbekannten Dritten«, in der Lage? Dies setzt auch für den ansonsten im Einzelsetting Tätigen eine Offenheit für interpersonelles und systemisches Denken voraus, aber auch hinreichende Erfahrung in unterschiedlichsten Lebenskonstellationen

nütterlich behandelt. Darum sollen an dieser Stelle noch einmal wichtige Grundhaltungen des Therapeuten in einer solchen Situation zusammengestellt werden.

**D** Grundregel ist, wie in allen psychotherapeutischen Behandlungen: Psychotherapeuten klären und überlassen dem Patienten die Entscheidung.

Wir kehren noch einmal zu unserem Patienten zurück und kommen zum weiteren Behandlungsverlauf.

#### Fortsetzung des Fallbeispiels

Dieser war zunächst durch eine trauernde Auseinandersetzung mit der »Heimatlosigkeit« in seiner Ursprungsfamilie gekennzeichnet, in der er sich um ein »Zuhause« betrogen fühlte. Vor diesem Hintergrund ließ sich dann seine innere Formel »Ich bin betrogen« an wechselnden psychosozialen Konflikten in seiner aktuellen Situation bearbeiten. Der Patient wurde jetzt zunehmend sensibler für seine unbewussten Arrangements, in denen er es immer wieder erreichte, dass er am Schluss der Zukurzgekommene und »Beschissene« war. Ähnliche Konflikte an seinem neuen Arbeitsplatz wurden jetzt rascher für ihn erkennbar: Er hatte bereitwillig die Arbeit aus dem Funktionsbereich eines Kollegen übernommen; dieser glänzte dann aber mit seinen Ergebnissen. Die Beziehung zu seinen Kindern gestaltete sich zunehmend väterlicher und nicht mehr nach der ursprünglichen rechthaberischen oralen Erwartungshaltung. (»Es steht mir zu!«) Schließlich konn-

te er sogar anlässlich der Scheidung seine »Ex-Frau« gelassener sehen; sie war nicht mehr nur die Person, die ihn »beschissen« hatte und ihm auch noch eine Erklärung dafür vorenthielt.

In den Auseinandersetzungen mit seiner Freundin entdeckte er zunehmend abgelehnte Anteile seines Vaters in sich; insbesondere seine Rechthaberei und »Unfehlbarkeit«, die keinerlei Diskussion zuließ! Er war sehr betroffen, konnte dann aber auch eine tiefe Unsicherheit und Selbstwertzweifel als Hintergrund dieses nach außen hin sehr dominierenden Auftretens erkennen. Auch hier wurde in den einzelnen Sitzungen mit der Technik der »Gefühlsverbreiterung« gearbeitet; d. h. von ihm bei konflikthaften Auseinandersetzungen wahrgenommene Gefühle wurden im Hinblick auf weitere, zunächst nicht voll zugängliche Gefühlsnuancen, widersprüchliche »Gegengefühle« etc. hinterfragt.

Gegenüber dem Therapeuten konnte er äußern, dass er doch auch Glück gehabt habe, ihn als Gesprächspartner gewonnen zu haben. (Die alten Zweifel, ob die Therapie und der Therapeut das Richtige sein würden, waren gewichen.) Ganz anders als bei seinem Vater, mit dem er nie habe richtig reden können, bei dem er nur Befehlsempfänger gewesen sei! Er fand dann aber auch Bedauern seinem Vater gegenüber, der letztlich ein doch sehr einsamer Mensch gewesen sei. Er war im Rückblick noch einmal über den Tod des Vaters betroffen. Dieser war in seinen letzten Jahren nach einem schweren apoplektischen Insult (jahrelang un-

behandelter Hypertonus!) zu einem Gespräch nicht mehr fähig und letztlich sehr einsam gestorben. Er versetzte sich ganz in den Vater hinein und betrauerte dessen einsames Sterben – Jahre nach dessen Tod, den er seinerzeit sehr gleichmütig aufgenommen hatte. Der Empathiegewinn des Patienten wurde deutlich! Es war ihm erstmals möglich, eigene Anteile des Vaters in sich selbst zu sehen und sich damit auseinander zu setzen.

Diese Entwicklung ging mit einem Zuwachs an reifer Väterlichkeit einher: Er konnte erstmals ermessen, wie wichtig für den heranwachsenden Sohn eine gemeinsame Bergtour war, und wurde für die Tochter zum Gesprächspartner über sie bewegende neue Erfahrungen an ihrem Studienort. Mit der Freundin konnte er schließlich ein Jahr später eine gemeinsame Wohnung beziehen, ohne immer die Frage stellen zu müssen: »Wer ist denn hier der Herr im Haus?« Und er begann zu akzeptieren, dass Kompromisse in einer Partnerschaft kein Zeichen von Schwäche, sondern vielleicht auch von Stärke sein können.

Die letzten, über ein gutes halbes Jahr gestreckten 10 Stunden dienten dann eher der Begleitung dieser Entwicklung.

Und die Symptomatik des Patienten? Die depressive Störung, die den Patienten in die Behandlung geführt hatte, hatte sich nach etwa einem Jahr aufgelöst. Plötzlich hatte er auch bemerkt, dass er seine phobischen Symptome verloren hatte – »Ich kann wieder überall hingehen!« Sein Blutdruck hatte sich – inzwischen ohne medikamentöse Behandlungsnotwendigkeit – am oberen Rand der Norm eingespielt.

Beim Abschluss der Behandlung hatte er das Gefühl, noch einmal ein neues Leben anfangen zu dürfen; er habe eben Glück gehabt, sowohl mit seinem Therapeuten als auch mit seiner Freundin. Dabei war er sich im Rückblick bewusst, dass er mit seinem ursprünglichen Verhalten in beiden Fällen die Entwicklung einer guten Beziehung auf der einen Seite schwer gemacht hatte. Andererseits wurde die Bearbeitung dieser Beziehungskonflikte erst durch die Inszenierungen innerhalb und außerhalb der therapeutischen Situation möglich.

Unter Berücksichtigung dieses Fallbeispiels und des Klartexttranskripts lassen sich die Besonderheiten des therapeutischen Dialogs, insbesondere im Vergleich zur analytischen Psychotherapie, noch einmal hervorheben:

- ! Das Gespräch innerhalb der dynamischen Psychotherapie hat deutlich mehr dialogischen Charakter und insgesamt eine höhere Sprechfrequenz als in der analytischen Psychotherapie.

Der Patient spricht etwa doppelt soviel wie in der analytischen Psychotherapie, der Therapeut fast dreimal so häufig (Dührssen et al. 1974). Die angesprochenen Themen bewegen sich weitaus mehr in der Gegenwart und berühren auf den ersten Blick hin alltägliche Konflikte – allerdings unter Rückbezug auf die Biographie und persönlichkeitsstypische Reaktionsmuster sowie »repetitive« Beziehungskonflikte, die sich als roter Faden durch die Lebensgeschichte ziehen. Dabei stellt auch die Gestaltung der Beziehung zwischen Patient und Therapeut einen wesentlichen Fokus der therapeutischen Arbeit dar.

Im Hinblick auf Stundenverläufe bzw. von Verläufen von Stundensequenzen ergeben sich bei der dynamischen Psychotherapie nach Rudolf (2000a, S. 408 f.) bestimmte Gesetzmäßigkeiten in der Gesprächsabfolge, die im Folgenden am Beispiel einer Fallvignette (U.R.) dargestellt werden sollen:

### Beispiel

#### Typischer Stundenverlauf/Verlauf einer Stundensequenz bei der dynamischen Psychotherapie

##### Subjektives Befinden: Die Klage entgegennehmen.

Eine 45-jährige Patientin eröffnet die Stunde damit, dass es ihr wieder schlecht gehe, sie habe wieder einen massiven Migräneanfall bekommen.

**Narrativ: Geschichten aus der aktuellen Lebensrealität.** Sie habe sich wahnsinnig geärgert. Auf der Suche nach einer neuen Wohnung habe sie mit der zuständigen Maklerin gesprochen. Die Wohnung sei sehr schön, und sie würde sie sehr gerne bekommen. Die Maklerin hätte ihr am Schluss aber gesagt: Sie sehen aber nicht sehr erfreut aus! Jetzt habe sie die Befürchtung, dass sie die Wohnung nie bekommen werde! Sie ärgere sich wahnsinnig über die Maklerin!

**Interaktion: Wahrnehmung von Beziehungsrealität.** Therapeut arbeitet die bewusstseinsnahen Aspekte des vorliegenden Konfliktes heraus: Die Patientin möchte unbedingt etwas haben, kann aber gar nicht zeigen, dass die betreffende Sache (Wohnung) ihr sehr gefällt.

Die Maklerin hat das Interesse, ihrer Auftraggeberin eine »sichere« Vertragspartnerin zuzuführen und prüft dieses! Bei dem Hinweis auf Letzteres reagiert die Patientin kindlich-wütend ohne Verständnis für die Interessenslage der »Gegenpartei«.

**Intrapsychische Situation: Introspektion und Konfrontation.** Es wird deutlich, dass in diesem Fall die Maklerin für viele andere wenig verständnisvolle und



versagende Mutterfiguren in der Lebensgeschichte der Patientin steht.

**Konfrontation des Therapeuten.** Die Maklerin kann nicht ihre ganze traurige Lebensgeschichte wieder gutmachen!

**Biographische Erfahrung: Reflexion und Reaktivierung.** Auf die Konfrontation des Therapeuten mit der Realität wird die Patientin noch wütender, erlebt den Therapeuten als verständnislos, kalt etc. Nach einer gewissen Pause weint sie heftig: Sie haben Recht! Ich habe nie jemanden gehabt, der mich beschützt hat!... [nach einer Pause]... wütend: Ich brauche Ihr Mitgefühl nicht! Ich brauche niemanden...!

(Im Gegensatz dazu bei der Verabschiedung: Wann habe ich meinen nächsten Termin? Die Beziehung bleibt trotz der Wut auf den Therapeuten erhalten!)

**Neuroorientierung: Durcharbeiten und Abschiednehmen.** Dieser Punkt entspricht eher dem Ende einer Stundenfrequenz oder spielt beim Abschluss einer Behandlung eine größere Rolle.

An diesem Beispiel wird noch einmal deutlich:

- ! Die subjektiven Beschwerden werden vor dem Hintergrund eines aktuellen Konfliktes deutlich; dieser lässt sich in der Lebensgeschichte zurückverfolgen und wird in der therapeutischen Beziehung manifest.

In der Regel beginnt damit – wie auch aus dem bereits zuvor dargestellten ausführlichen Verbatimprotokoll zu erkennen ist – die Behandlungsstunde mit einem Bericht aus der aktuellen Lebensrealität. Dieser wird dann vertieft durchgearbeitet und dabei unter Assistenz des Therapeuten ein »roter Faden« zu vergleichbaren Themen aus vorangegangenen Stunden hergestellt.

## 5.5 Indikation und Kontraindikationen

Grundsätzlich kommt eine dynamische Psychotherapie bei allen psychischen Erkrankungen infrage, deren Entstehung einen psychodynamischen Hintergrund haben, oder deren Verlauf durch psychodynamische Faktoren mitbestimmt wird.

- ! Da sich die jeweilige therapeutische Vorgehensweise sehr an die psychische und soziale Gesamtsituation des Patienten anpassen kann, gibt es keine Kontraindikation im engeren Sinne.

Allerdings kann in bestimmten Fällen die Indikation einer dynamischen Psychotherapie unzweckmäßig sein, insbesondere dann, wenn der zentrale, dem Krankheitsbild zugrunde liegende pathogene Hintergrund eher in einem anderen Setting bearbeitbar erscheint, z. B. im Gruppensetting oder im Rahmen einer analytischen Psychotherapie. Darum sollen im Folgenden noch einmal insbesondere diese beiden alternativen Indikationsbereiche erörtert werden.

Bezüglich einer Alternativindikation einer analytischen Psychotherapie ist Folgendes festzustellen: Mit einigen wichtigen Ausnahmen deckt eine dynamische Psychotherapie fast das gesamte Indikationsspektrum einer analytischen Psychotherapie ab. Dies konnte inzwischen auch empirisch belegt werden. Da die dynamische Psychotherapie im Vergleich zu einer analytischen Psychotherapie in der Regel deutlich weniger aufwändig ist, muss demzufolge immer dann, wenn die ökonomische Seite einer Behandlung auch eine Rolle spielt, das eher aufwändige Verfahren begründet werden.

Der dynamischen Psychotherapie ist damit insbesondere dann der Vorzug zu geben, wenn eine analytische Psychotherapie zur Erreichung vergleichbarer Zielsetzungen nicht nötig ist. Das betrifft Störungen, bei denen die Behandlung des »Gegenwartsunbewussten« ganz im Vordergrund steht, bei denen, wenn auch mit biographischem Rückbezug, überwiegend auf gegenwärtige (pathologische) Kompromissbildungen des Patienten fokussiert werden kann.

Selbstverständlich haben diese Kompromissbildungen immer ihre infantile Vorentwicklung, so wie diese auch bei jedem Gesunden festzustellen ist. Diese Tatsache allein würde aber noch nicht die Indikation einer analytischen Psychotherapie begründen. Vielmehr muss für diese Indikation plausibel aufgewiesen werden, dass die entsprechenden infantilen Wurzeln der jetzt gegenwärtigen Kompromissbildungen noch so virulent sind, dass eine erfolgreiche Bearbeitung der aktuellen pathogenen Kompromissbildungen und Beziehungsmuster (und nur auf die kommt es an!) nur in einem regressiven Behandlungssetting möglich ist. Nach unserem Eindruck werden hier häufig die Möglichkeiten einer dynamischen Psychotherapie unterschätzt und die ausschließliche Indikation einer analytischen Psychotherapie mit dem Vorhandensein schwerer infantiler Traumatisierungen begründet. Selbstverständlich kann dann eine analytische Psychotherapie durchaus erfolgreich sein; es fragt sich nur, ob der entsprechende Aufwand in jedem Fall nötig ist.

Dieses Vorurteil aufseiten mancher Psychoanalytiker ist aus unserer Sicht im folgenden Missverständnis be-