

## **14 Psychosomatische Klientin: Die Demonstration eines schlechten Therapieprozesses**

### **14.1 Einleitung**

Wir möchten hier als Kontrast zu unserem guten Prozess mit einer psychosomatischen Klientin einen schlechten Prozess demonstrieren: Damit wollen wir illustrieren, was passiert, wenn ein Therapeut nur wenig den Prozess steuert.

Denn in einem solchen Fall ist es *nicht* so, dass der Klient mit seinem „Bericht“ aufhört, sich „ausredet“ und irgendwann anfängt, konstruktiv zu arbeiten: Denn das alles passiert mit Sicherheit nicht; vielmehr machen die Klienten „mehr desselben“ und ändern ihr Verhalten in der gesamten Therapie nicht und profitieren dann auch praktisch gar nicht von der Therapie.

Dass Klienten ihr Verhalten nicht ändern, wenn Therapeuten nicht konstruktiv steuern, liegt an zwei Faktoren:

1. Die Klienten wissen von sich aus nicht, was konstruktive Therapie bedeutet und was sie tun müssen, um therapeutisch weiterzukommen.
2. Die Klienten zeigen ein hohes Vermeidungsniveau und das behalten sie bei, wenn es vom Therapeuten nicht bearbeitet wird.

Und das kann man hier schon in dem kurzen Ausschnitt erkennen, vor allem im Vergleich zu dem konstruktiven Beispiel. Es handelt sich um die zweite Therapiestunde mit einer Klientin mit Colitis Ulcerosa und einer deutlichen psychosomatischen Verarbeitungsstruktur (PVS); die Klientin ist 29 Jahre alt, Bankkauffrau und bekam von einem Internisten eine Psychotherapie empfohlen.

### **14.2 Das Transkript**

Th1: „Ja, möchten Sie vielleicht einfach mal schildern, was aus Ihrer Sicht Ihre Problembereiche sind, woran Sie gerne hier in der Therapie arbeiten möchten?“

K11: „Ja, ich habe mir viele Gedanken dazu gemacht und...“

Th2: „Das finde ich super!“

K12: „Ehrlich gesagt, so Problembereiche fallen mir gar nicht ein.“

Th3: „Hmhm.“

K13: „Also natürlich klar, das mit dem Darm, das belastet mich sehr.“

Th4: „Ja klar.“

K14: „Das ist natürlich der Problembereich, aber ansonsten... Also was ich schon merke ist, dass die Arbeit mich immer sehr bedrückt, na, weil ich da immer so viel Überstunden mache.“

Th5: „Ja.“

K15: „Also es ist ja so, ich weiß nicht, wie viel ich Ihnen davon erzählt hab', ich bin ja Bankkauffrau...“

Th6: „Ja.“

K16: „...und wir müssen da sehr viele Überstunden machen.“

Th7: „Verstehe.“

K17: „Wir haben sehr hohen Zahlendruck. Ich habe da einen Chef zum Beispiel, er möchte, möchte auch wirklich, dass wir zehn Stunden pro Tag machen und...“

Th8: „Ok.“

K18: „...da merke ich, wenn ich abends nach Hause komme, dann reicht's mir auch.“

Th9: „Merken Sie schon, das ist eine Belastung.“

K19: „Genau. Ich kann Ihnen einfach mal von der letzte Woche erzählen.“

Th10: „Ja, das wäre super.“

K110: „Also am Montag war es zum Beispiel so, da wurden uns noch mal neue Zahlen vorgegeben...“

Th11: „Hmhm.“

K111: „...also wir sollen gewisse Prozentsätze immer erreichen an Provisionen und Umsätzen...“

Th12: „Verstehe. Ok.“

K112: „...und da war schon auch vollkommen klar, so wie wir das machen, können wir das nicht schaffen. Wir müssen Leute akquirieren, wir müssen Leute anrufen und fragen, ob sie Kredit in Anspruch nehmen möchten...“

Th13: „Ja.“

K113: „...und die Listen wurden uns erst um fünf Uhr Abend ausgeteilt.“

Th14: „Das heißt, dann hatten Sie ganz schön Zeitdruck.“

K114: „Ganz genau. Also das heißt, dann hab ich ab fünf Uhr angefangen, die Leute anzurufen, was natürlich auch ganz gut ist, weil dann ist ja auch, abends ist ja eher jemand zu erreichen.“

Th15: „Ja.“

K115: „Und dann hab ich das am Dienstag und am Mittwoch auch komplett so weitermachen müssen und weil die Leute natürlich nur abends können, hab ich dann auch am Donnerstag und am Freitag Abend die Termine gemacht.“

Th16: „Zusätzlich zu dem, was Sie sowieso schon den ganzen Tag über gemacht haben.“

K116: „Genau. Ganz genau. Und ich weiß nicht, ob ich Ihnen es schon erzählt habe, es ist so, dass wirklich viel Zahlendruck da ist immer bei der Bank.“

Th17: „Ok.“

K117: „Na, wir müssen immer gewisse Provisionen erreichen, also ich weiß nicht, hatte ich mal erzählt, wie es aufgeteilt ist bei der Bank?“

Th18: „Ne, noch nicht so genau.“

K118: „Dann würde ich es gern mal machen.“

Th19: „Ja, damit ich es auch genau verstehe, was da Ihnen Druck macht.“

K119: „Genau. Also es ist so, es gibt immer so eine Gebietsfiliale,...“

Th20: „Ja.“

K120: „...das ist dann zum Beispiel Essen und darunter fallen ganz viele Städte vom Bochum bis Krefeld...“

Th21: „Ok.“

K121: „...also so ist dieser Bereich und unter diesen Städten gibt es immer so eine Ranking. Also das heißt, jede einzelne Filiale wird dann noch mal geratet, wie gut die ist oder wie viel Umsätze die erzielt...“

Th22: „Ok.“

K122: „...und wir waren bis jetzt immer relativ gut dabei.“

Th23: „Also bisher haben Sie immer einen guten Stand in diesem Ranking.“

K123: „Ganz genau.“

Th24: „Aber es erzeugt natürlich Druck, dem Stand zu halten.“

K124: „Ja. Natürlich. Und die Filialleiterin macht natürlich dann auch Druck. Die möchte, dass die Filiale ganz weit oben ist und so.“

Th25: „Ja, die setzt Sie dann damit unter Druck.“

K125: „Ganz genau. Also das heißt, alle Mitarbeiter, nicht nur ich, also wir müssen die Zahlen erreichen...“

Th26: „Ja, aber Sie eben auch.“

K126: „Wir müssen die Zahlen erreichen. Und deswegen ist es dann so, dass wir abends sehr häufig sehr lange arbeiten. Wir verkaufen momentan Kredite zum Beispiel...“

Th27: „Ok, verstehe.“

Kl27: „Ich weiß nicht, ob Sie den kennen, diesen Investmentfond, der momentan überall in der Werbung auch ist.“

Th28: „Ja. Aber ich würde Sie gerne noch, also was würde aus Ihrer Sicht passieren, wenn Sie die Zahlen nicht erreichen? Was würden Sie denn da befürchten?“

Kl28: „Na ja, das ist schon ganz klar, was man dann zu erwarten hat. Also wenn man einmal die Zahlen nicht erreicht, wird ein Gespräch mit einem geführt und dann wird man zu Seminaren eingeteilt, und wenn man die danach nicht erreicht, wird man herabgestuft. Sowohl... also ich bin ja Individualkundenberaterin...“

Th29: „Ja.“

Kl29: „...also sowohl vom Status her wieder zurückgestuft, also man muss sein Büro verlassen, man wird wieder in den Kundenbereich gesetzt...“

Th30: „Also eigentlich schon sehr stark auch sichtbar degradiert. Also sowohl finanziell, als auch von dem, was Sie tatsächlich an Aufgaben haben, werden Sie degradiert.“

Kl30: „Ganz genau. Wir haben zum Beispiel einen Kollegen in der Filiale in Essen auch, dem ist es so passiert. Also der hatte mehrfach die Zahlen nicht erreichen können, unter anderem, weil er auch krank war, und ihm wurde wirklich ganz offensichtlich das Büro gekündigt und der wurde wirklich nach vorne gesetzt in die Kundenhalle.“

Th31: „Ok. Also richtig demonstrativ abgewertet.“

Kl31: „Ganz genau.“

Th32: „Und das befürchten Sie ja irgendwie auch, dass das Ihnen passieren könnte.“

Kl32: „Also das ist ein realistisches Szenario, muss man sagen.“

Th33: „Hm. Das belastet Sie auch ganz schön.“

Kl33: „Ja, es belastet uns alle, na, also nicht nur mich. Na, es ist ja allgemein so.“

Th34: „Hmhm. Es ist ein ganz schönes Angstklima, was da im Augenblick herrscht.“

Kl34: „Ja. Also Angst ist vielleicht ein bisschen zu viel, aber es ist schon so, dass wir uns da alle natürlich auch Gedanken drüber machen.“

Th35: „Ja.“

Kl35: „Das möchte natürlich keine.“

Th36: „Ja. Sie möchten das nicht, die anderen möchten es auch nicht.“

Kl36: „Genau. Ne, das möchte keine.“

Th37: „Hm.“

Kl37: „Zum Beispiel, meine Kollegin, die Helga, die mit mir sehr eng zusammen arbeitet, da ist es auch so. Die hat noch eine große Familie und noch ´nen Hund und so und sie kümmert

sich noch um ihre Schwiegereltern und da ist es wirklich auch so, dass sie sich sehr viele Gedanken macht.“

Th38: „Ja.“

K138: „Na, also Gott sei Dank kann ich dann abschalten, wenn ich nach Hause komme, ich denk dann nicht mehr viel drüber nach, aber... also bei der Helga, da hab ich... wollte ich mal mit Ihnen darüber sprechen.“

Th39: „Da machen Sie sich Sorgen.“

K139: „Da mach´ ich mir nämlich große Sorgen.“

Th40: „Es belastet Sie irgendwie auch die Situation von der Helga?“

K140: „Ja und deswegen habe ich mal gedacht, Sie können mir etwas erzählen über Depressionen oder so, weil ich kann mir vorstellen, dass die Helga langsam eine aufbaut.“

Th41: „Aber ich höre daraus, dass Sie sich ziemlich verantwortlich fühlen für die Helga. Ist es ein enges Verhältnis zu der Kollegin?“

K141: „Ja, ja. Wir arbeiten schon seit Jahren zusammen und deswegen habe ich ihr schon mal gesagt, sie soll hier einfach mal anrufen, vielleicht kann sie ja auch Termine bei Ihnen machen.“

Th42: „Natürlich besteht die Möglichkeit, dass sie sich einfach auf die Warteliste setzen lässt. Sie wissen ja, dass wir Wartezeiten haben.“

K142: „Ja, genau.“

Th43: „Also was würden Sie sagen, was ist denn das, was Sie so befürchten bei der Helga?“

K143: „Ja, ich glaube einfach, dass die Helga da wirklich sehr viel um die Ohren hat mit ihren Eltern oder Schwiegereltern, die sie da so pflegt.“

Th44: „Hm.“

K144: „Mit den Kindern und dem Hund, das ist auch ein sehr quirliger Hund, also er ist ständig dabei, sowohl draußen, als auch drinnen ein richtiges Durcheinander anzustellen und ich habe das Gefühl, sie ist sehr belastet.“

Th45: „Sie machen sich schon richtig Sorgen.“

K145: „Ja.“

Th46: „Und das zusätzlich zu den Sorgen, die Sie ja eh schon haben wegen der Situation auf ihrem Arbeitsplatz.“

K146: „Ja. Wie gesagt, es hält sich ja alles noch in Grenzen. Es ist ja alles nicht so schlimm.“

Th47: „Ja, geht noch.“

K147: „Genau. Und wir sitzen da alle im gleichen Boot, von daher... So ist es halt, na, in dem Bankenbereich.“

Th48: „Ja, es ist momentan schon eine ziemlich schwierige Situation.“

K148: „Ja, genau. Hmhm.“

Th49: „Aber ich merke, dass Sie ja sagen, ich bin... wissen ja auch von der Erkrankung her, dass es so 'ne, so 'ne Sache ist, die auch, wenn Stress da ist, noch mal schlechter werden kann.“

K149: „Hmhm.“

Th50: „Insofern finde ich es immer wichtig zu gucken, was für Problembereiche es sind. Was würden Sie denn sagen: Die Situation bei der Arbeit, die Sorgen um die Kollegin?“

K150: „Wobei ich Ihnen auch sagen muss, ich weiß es gar nicht, ob das wirklich jetzt durch den Stress der Arbeit bedingt ist. Also Sie meinen jetzt die Darmprobleme von mir?“

Th51: „Ja, also zumindest würde ich davon ausgehen, dass es Sie durchaus schlimmer machen kann an der Stelle.“

K151: „Ich merk das so gar nicht! Das muss ich Ihnen sagen.“

Th52: „Ok.“

K152: „Weil das gar nicht so... Also wenn ich nach Hause komme, zum Beispiel jetzt diese Woche hatte ich keinen Durchfall. Na? Also...“

Th53: „Hmhm.“

K153: „Ich kriege das so zeitlich gar nicht so...“

Th54: „Fällt Ihnen schwer, irgendwie so Zusammenhänge zu erkennen.“

K154: „Genau.“

Th55: „Ja, ok.“

K155: „Und wie gesagt, die anderen haben da alle auch Stress und haben alle auch keine Durchfälle! Na? Also... Gut, ich weiß, der Arzt und Sie, sie haben gesagt, dass könnte damit zusammenhängen, aber ich weiß, ich weiß es nicht, ich...“

Th56: „Ich find's auch ok, wenn Sie sagen, das überzeugt Sie jetzt an der Stelle noch nicht.“

K156: „Hmhm.“

Th57: „Aber ich würd' Sie einfach einladen, dass wir gemeinsam noch mal gucken. Deshalb ist es so eine Frage, was für Problembereiche sind...“

K157: „Ja, ja.“

Th58: „...was für Situationen da sind, die Sie belasten.“

K158: „Hmhm. Ja. Ja, mehr fällt mir ehrlich gesagt nicht ein. Ansonsten ist alles gut.“

Th59: „Würden Sie sagen, dass sonst die Situation so ist, dass Sie damit zufrieden sind?“

K159: „Ja. Also eigentlich... Bin ja verheiratet, hab' zwei Kinder...“

Th60: „Ja.“

Kl160: „Haus gebaut, jetzt, sind ja grad dabei und...“

Th61: „Oh, Sie sind jetzt grad dabei!“

Kl161: „Ja.“

Th62: „Ich könnte mir vorstellen, da ist ja wahrscheinlich einiges zu tun.“

Kl162: „Ja, wobei wir Glück haben, also wir ziehen ja mit den Schwiegereltern zusammen, also sie ziehen ja extra bei uns ein, und ehm...“

Th63: „Ja, extra bei Ihnen ein, um Sie zu unterstützen, oder auch eher...“

Kl163: „Weil sie es auch gerne möchten.“

Th64: „Sie möchten das auch gerne.“

Kl164: „Also sie möchten es auch gerne, in der Nähe zu sein und... Also das heißt, wenn ich so lange Arbeitstage habe, wie letzte Woche, dass sie natürlich dann auch da sind und die Bauarbeiten dann ehm...“

Th65: „Beaufsichtigen.“

Kl165: „Ja, genau, genau. Dass wenn ich nach Hause komme, dass wir dann nur noch am Abend uns zusammensetzen und alles besprechen vom Tag, aber das ich dann so in den Einzelheiten gar nicht so involviert bin.“

Th66: „Aber ich höre da schon daraus, wenn Sie am Abend nach Hause kommen, und Sie sagen, Sie bauen grade, da ist ja immer einiges zu tun, einiges zu steuern...“

Kl166: „Ja, ja.“

Th67: „...auch wenn die Schwiegereltern Ihnen da was abnehmen.“

Kl167: „Hmhm.“

Th68: „Aber wenn Sie da nach Hause kommen und diese Bausachen auch noch besprechen, kann ich mir vorstellen, dass das auch ja noch mal irgendwie ja auch ein Arbeitsaspekt ist. Also ich weiß nicht, wie Sie das erleben, aber ich kann mir vorstellen, es ist ja nicht unbedingt eine Freizeit.“

Kl168: „Ja, es ist so, dass meine Schwiegereltern es ja sehr an sich gerissen haben und ehm... Also das macht mich nicht ärgerlich. Also das ist jetzt nicht so, dass ich da irgendwie das schlimm finde, aber ehm... ja (Seufzt) es... also von daher hab ich ja damit auch weniger Arbeit.“

Th69: „Aber ich merke schon irgendwie, dass Sie sagen, wenn sie das an sich gerissen haben, bedeutet das schon, es gibt einen Teil in Ihnen, der ist da nicht 100 % glücklich mit.“

Kl169: „Ach, ja... ja... Also ursprünglich hatte ich mir das anders vorgestellt, aber...“

Th70: „Wie haben Sie sich das vorgestellt?“

K170: „Ja also ganz ursprünglich hatte ich mir vorgestellt, mein Mann und ich, wir bauen alleine mit den Kindern.“

Th71: „Das war ursprünglich der Plan.“

K171: „Ja genau. Aber gut, die ist ja sehr eng die Familienbande und mein Mann und die Schwiegereltern haben sich das sehr gewünscht, für die Kinder ist es auch sehr schön...“

Th72: „Hmhm.“

K172: „...und von daher ist es ja auch kein Problem.“

Th73: „Wie kam es denn dazu, dass der ursprüngliche Plan sich dann geändert hat?“

K173: „Na ja, ich weiß das gar nicht. Ich glaube, dass meine Schwiegereltern gesagt haben, sie wünschen sich das und ehm mein Mann sich das auch wünscht und ich... ja... ich denke, wenn die Mehrheit sich das so wünscht, dann ehm...“

Th74: „Haben Sie sich der Mehrheit gebeugt an der Stelle.“

K174: „Ja, genau.“

Th75: „Aber wie ist das denn für Sie? Ich meine, ich höre daraus, Ihr Wunsch war klar ein anderer.“

K175: „Hmhm. Ja, aber so ist das ja im Leben manchmal. Na? Also ich weiß nicht, grade diese Helga, von der ich grad erzählt hab, bei der ist es ja so, die wollte ja nie Kinder haben. Jetzt hat sie ja drei Kinder und hat einen Hund und so. Also manchmal trägt das Leben ja einen ein bisschen dahin, na, wo man vielleicht ja gar nicht immer hin möchte. Also, ich kann mich jetzt nicht beschweren! Meine Schwiegereltern sind auch wirklich sehr nett. Also von daher kann ich wirklich nichts dagegen sagen.“

Th76: „Ich denke, ich weiß jetzt nicht wie die Situation für die Helga ist mit den Kindern, aber es ist ja schon für Sie einfach eine wichtige Sache, dass Sie sagen, Sie haben sich entschieden, ein schönes Haus zu bauen, Sie wollten das eigentlich alleine machen, da mit Ihrem Mann und mit den Kindern einziehen und jetzt sind irgendwie die Schwiegereltern mit dabei. Wie ist das denn für Sie?“

K176: „Hm... Sie stellen ja gute Fragen! Wie ist das denn für mich...? Tja...(Seufzt) Ja... ich find' das nicht toll, aber ja, wie gesagt, manchmal gibt es ja einfach so Sachen im Leben, wo man einfach so durch muss. Na? Und das ist für mich so eine Sache, wo ich denke, na, ich wüsste es gar nicht, wie man das anders regeln könnte. Na? Wenn der überwiegende Teil sich das so wünscht, wüsste ich es gar nicht, wie man das anders machen sollte. Also ich hab auch das Gefühl, dass ich da keine große andere Möglichkeit gehabt hätte, das anders zu entscheiden.“

Th77: „Hmhm. Es ging gar nicht anders.“



K177: „Ja. Also, ich weiß nicht, wie Sie das sehen, aber wenn halt über dreiviertel der beteiligten Personen das möchten... Na? Und wir leben nun mal in einer Demokratie...“

Th78: „Aha, ich kann mir das schon vorstellen. Es ist eine schwierige Situation für Sie. Wenn ich Sie richtig verstehe, Sie sagen ja damit, eigentlich hatte ich den Eindruck, ich hab ja eigentlich keine Chance, irgendetwas entgegenzusetzen.“

K178: „Ja, ja. Ich denke auch nicht, dass ich die gehabt hätte.“

Th79: „Ja, ok.“

K179: Außerdem möchte ich mich mit denen ja auch nicht verstreiten. Also weder mit meinem Mann, noch mit meinen Schwiegereltern. Und dann ist es lieber, besser so, als dass wir nachher alle verstritten sind.“

Th80: „Das möchten Sie unbedingt vermeiden. Na?“

K180: „Ja, also das möchte ich gar nicht.“

Th81: „Das heißt, wir haben jetzt verschiedene Problemfelder aufgezeigt: Einmal die Situation bei der Arbeit, die Situation zu Hause mit den Schwiegereltern und dem Hausbau und die Sorgen, die Sie sich auch machen um die Helga.“

K181: „Hmhm.“

Th82: „Und wenn Sie jetzt es mal so sehen, was wir jetzt in der Zeit zusammengestellt haben an Problemfelder, was würden Sie sagen, was ist davon Belastung schon auch für Sie? Also ich höre daraus, es sind alles Belastungen, aber die Frage wäre jetzt, wo würden Sie für sich den großen Handlungsbedarf sehen?“

K182: „Handlungsbedarf ist so eine Sache. Also ich ehm... handeln würde ja heißen, dass ich jetzt da was ändern soll?“

Th83: „Verändern.“

K183: „Ehm...wü... wüsste ich jetzt nicht. Also ich wüsste es nicht, wie ich überhaupt so eine Situation da verändern sollte! Vielleicht... mit Entspannung das Ganze ein bisschen besser betrachten oder so...“

Th84: „Hmhm.“

K184: „...vielleicht den Weg. Aber was verändern?!“

Th85: „Schwierig irgendwie so der Gedanke daran.“

K185: „Ja! Ich wüsste jetzt zum Beispiel bei meiner Arbeit nicht, wie ich da was verändern soll! Oder jetzt auch mit der Familie. Na? Wir wohnen jetzt dort, oder das Haus wird jetzt da grad gebaut, eh... wüsste ich nicht, wie ich da was verändern soll! Also das...“

Th86: „Fällt Ihnen im Augenblick schwer, da irgendwie ´nen Weg zu sehen. Ok. Was würden Sie denn sagen... Also ich meinte mit Handlungsbedarf auch nicht konkret in die Richtung, dass wir jetzt irgendwelche Lösungen oder so was gehen sollten, ...“

K186: „Hm.“

Th87: „...sondern... Vielleicht hab´ ich mich da missverständlich ausgedrückt. Es ging mir vor allen Dingen darum, dass wir vor allem ein Thema wählen, um da erst mal einzusteigen, um genauer zu gucken. Ich denke, alle sind wichtig, wir können ja auch wechseln, aber ich glaube, es wäre ganz wichtig, dass wir erst mit einem einsteigen.“

K187: „Hmhm.“

Th88: „Und da würde ich Ihnen einfach gerne die Wahl überlassen.“

K188: „Ja, das ist schwierig.“

Th89: „Ist schwierig.“

K189: „Ich kann mich ja immer so schwer entscheiden.“

Th90: „Ja, ok.“

K190: „Also, aber ehm...ja. Sagen wir mal so: Dass mit den Schwiegereltern, mit dem Mann ist für mich im Moment auch gar nicht so ein Thema.“

Th91: „Steht nicht im Vordergrund.“

K191: „Ja. Beziehungsweise, hab´ ich das Gefühl, da kann ich jetzt eh nicht viel daran ändern.“

Th92: „Ok.“

K192: „Hab´ ich jetzt bei dem beruflichen Thema zwar auch, aber ehm...ja. Da ist halt schon täglich eher dieser Druck da.“

Th93: „Ja. Da sind Sie ständig damit konfrontiert.“

K193: „Ja, genau. Obwohl auf der anderen Seite... ja... ja... ich...“

Th94: „Nehmen Sie sich ruhig Zeit! Das ist ja eine wichtige Sache! Sie können es ja auch gerne abwägen, was...“

K194: „Ich weiß nicht genau, wonach ich mich entscheiden soll. Also...“

Th95: „Verstehe. Es ist irgendwie schwer für Sie, so Kriterien auszumachen...“

K195: „Hmhm.“

Th96: „...was wichtiger ist.“

K196: „Ja, ich finde wie gesagt, bei beidem.... Das ist zwar belastend, aber ich weiß bei beidem nicht genau, was man da ändern sollte. Also da... Das ist mir gar nicht klar, was ich da ändern sollte. Ich weiß nicht, ehm... was Sie sich zum Beispiel vorgestellt haben, wie ich das ändern soll.“

Th97: „Hm. Das heißt, an der Stelle ist für Sie unklar, wo es in welche Richtung gehen sollte, was Sie konkret machen sollten.“

K197: „Genau. Hmhm. Wie gesagt, ich möchte mich ja nicht verstreiten mit irgendjemandem.“

Th98: „Ja, ich verstehe, dass es Ihnen ganz wichtig ist.“

K198: „Hmhm. Von daher...“

Th99: „Sie haben so ein Gefühl, Sie können an allen Baustellen nicht so richtig was ändern.“

K199: „Ja. Also ich hab´ das Gefühl, die einzige Lösung, also ich hab´ ja schon... Ich hab´ zum Beispiel schon einige Sachen auch schon probiert. Das hab´ ich Ihnen noch gar nicht erzählt.“

Th100: „Ach, das find´ ich noch mal spannend. Was haben Sie schon probiert?“

K1100: „Ja. Also ich habe so einen Yogakurs besucht...“

Th101: „Ach, ok.“

K1101: „...und hab´ so versucht, zur inneren Entspannung zu finden und der hat mir sehr gut gefallen! Ich konnte zwar nicht so...“

Th102: „Das hat Ihnen gut gefallen.“

K1102: „...konnte zwar nicht alles so direkt für mich verbuchen, aber ich muss sagen, das fand ich immer sehr gut diesen Yogakurs! Da hab ich auch das Gefühl...“

Th103: „Dieses Yoga hat Ihnen gut getan.“

K1103: „Genau.“

Th104: „Was denn daran?“

K1104: „Ja, einfach diese Stunde da mit den anderen. So ein bisschen zur Ruhe zu kommen, also das fand ich immer sehr schön! Aber das hat jetzt ja nicht wirklich was verändert. Na?“

Th105: „Hm, ok.“

K1105: „Aber wenn Sie in die Richtung meinen, zur Lösung hab ich schon einiges gemacht.“

Th106: „Was haben Sie noch probiert? Yoga wäre so eine Lösung.“

K1106: „Genau. Dann bin ich mal Joggen gegangen, das hat mir sehr gut getan!“

Th107: „Ok. „Mal“, das heißt, Sie haben es nachher wieder aufgegeben? Oder?“

K1107: „Genau. Ich schaff das jetzt in der dunklen Jahreszeit nicht. Wenn ich am Abend so spät nach Hause komme, schaff ich dann nicht mehr loszulaufen. Es gibt zwar einen Treff bei uns in der Nähe von Frauen, die abends miteinander laufen gehen...“

Th108: „Ok.“

K1108: „...weil grade abends ist es ja immer gefährlich.“

Th109: „Verstehe. Dann haben Sie Sorgen, dass irgendwas Schlimmes passieren könnte.“

K1109: „Genau.“

Th110: „Hmhm.“

K1110: „Und dieser Treff findet momentan nicht so regelmäßig statt.“

Th111: „Ach, ok.“

K1111: „Und dann bin ich irgendwie aus dem Tritt gekommen, bin ich gar nicht mehr hingegangen.“

Th112: „Verstehe, es wäre irgendwie leichter, wenn es eine andere Jahreszeit wäre und diese Treffen wieder regelmäßig wären. Ok.“

K1112: „Ich hab ja jetzt bei Tchibo gesehen, es gibt’s wieder diese Laufwäsche, vielleicht hol’ ich mir auch diese Laufwäsche.“

Th113: „Also ein bisschen anspornen.“

K1113: „Genau. Und gehe vielleicht noch mal früher raus. Es ist vielleicht eine ganz gute Idee von Ihnen.“

### **14.3 Kommentar**

K12: Typischerweise definieren Klienten mit PVS keine psychischen Probleme: Es geht ihnen gut, sie haben eben nur die Darmbeschwerden – normalerweise muss ein Therapeut jetzt schon anfangen, sehr strukturiert zu steuern.

K14: Es gibt manchmal Probleme, aber wenn, ist das „normal“ und ist nichts, was man bearbeiten müsste.

Th4-6: Die Therapeutin steuert praktisch gar nicht, was sie aber eigentlich tun sollte.

K16: Daraufhin tut die Klientin das, was sie kann und wovon sie denkt, was die Therapeutin will: Sie berichtet – und das kann sie im Prinzip nun über Stunden hinweg tun. Ohne therapeutische Steuerung geht ein Bericht aber *nicht* in eine konstruktive therapeutische Bearbeitung über!

Th7/8: Die Therapeutin sollte eigentlich hier schon systematisch *Internalisierungsmarker* setzen, also immer wieder deutlich machen, dass die Klientin auf internale Prozesse achten soll: Affekte, Verarbeitungen, Emotionen etc.

Th9: Die Therapeutin steuert hier ansatzweise, aber nur in Form vorsichtiger Verbalisierungen – das reicht bei Klienten mit PVS bei Weitem nicht aus.

Th14: Das macht sie hier erneut: Ansonsten lässt sie die Klientin aber berichten – was diese dann natürlich auch tut!

K117/Th18: Die Therapeutin lässt die Klientin berichten und ermuntert sie sogar noch dazu, in einer externalen Perspektive zu bleiben – dadurch lernt die Klientin aber nicht, *wie* man sinnvoll ein psychologisches Problem angeht.

Th19: Nein – die Therapeutin versteht nicht, was Druck macht, nur wenn sie versteht, wie die Klientin Aspekte interpretiert – und dazu muss die Klientin auf solche Aspekte achten – durch reine Situationsbeschreibungen ist aber nur sehr wenig gewonnen!

K124: Bis hierhin erhält die Therapeutin Information, von der sie 95% überhaupt nicht braucht – sie braucht Information über Verarbeitungsprozesse, Schemata, Annahmen etc., die sie auf diese Weise aber überhaupt nicht bekommt.

Th25: Wieder ein zaghafter Versuch, den „Druck“ zu thematisieren.

K125: Was die Klientin mit „Normalisierung“ beantwortet und damit *nicht* zur Vertiefung nutzt: Man sieht sehr deutlich: Normalisierung, Generalisierung, Bagatellisierung und man sieht keinen Versuch der Therapeutin, gegen die Vermeidung anzugehen.

Th28/K128: Hier wird deutlich: Macht ein Therapeut einen *einzelnen* Versuch, auf interne Perspektive zu gehen, dann reagiert der Klient mit Vermeidung (Generalisierung: „man“ macht X und Y); ein Therapeut muss ein solches Verhalten sehr „straight“, durchweg realisieren.

K129/Th30: Die Klientin macht eine „Realitätskonstruktion als Realität“ und die Therapeutin greift dies „als Realität“ auf – eine ganz ungünstige Intervention, die dazu führt, dass die Konstruktion verfestigt wird: Nicht die Klientin, die Bank hat das Problem! Dies erschwert es, die typischen Verarbeitungen einer PVS herauszuarbeiten.

K133: Hier wird es deutlich: das Problem ist real, es ist *nicht* das Problem der Klientin.

Th33/K133: Wieder wird deutlich: Eine Internalisierung wird mit einer Generalisierungsvermeidung beantwortet – und auf diese muss ein Therapeut mit einer „Bearbeitung der Bearbeitung“ reagieren – was die Therapeutin aber nicht tut.

Th34: Sie reagiert wieder mit einer Bestätigung der Realität – macht also genau das Gegenteil von dem, was sie sollte.

K134: Aber selbst das bagatellisiert die Klientin.

K137: Und jetzt geht die Klientin ein deutlich zu machen, dass nicht nur sie das Problem hat, sondern dass es andere sogar noch schlimmer erwischt hat – sie lenkt damit komplett von sich und ihren spezifischen Verarbeitungen ab.

K138/Th39: Anstatt dass die Therapeutin die Klientin auf sich und ihre Verarbeitungen zurückführt, geht sie auf diese Externalisierung ein – etwas derartiges sollte ein Therapeut auf keinen Fall tun.

K140: Nicht die Therapeutin steuert die Klientin, die Klientin steuert die Therapeutin! Die Klientin schafft es, dass man jetzt über „Helga“ redet: Und genau das passiert, wenn ein Therapeut glaubt, er müsse dem Klienten folgen, anstatt die Klienten-Prozesse konstruktiv zu steuern.

K144: Nun sind wir beim Hund.

Th46: Die Therapeutin steuert vorsichtig zurück.

K146: Woraufhin die Klientin eine Bagatellisierung realisiert.

Th47: Die die Therapeutin nicht bearbeitet.

Th48: Also kann man nicht umhin zu konstatieren, alles sei eine „schwierige Situation“: Eine solche Aussage ist nur sehr wenig hilfreich!

Th50: Die Therapeutin startet praktisch noch mal neu – das ist im Prinzip durchaus sinnvoll – wenn man sich verrannt hat; nur muss man *dann* konstruktiver handeln, sonst sitzt man erneut fest.

K150: Die Skepsis der Klientin ist bei PVS normal: Die Klienten sehen keine Zusammenhänge zwischen psychischen Prozessen und Darmproblemen. Zum Umgang damit gibt es klare Regeln, die ein Therapeut befolgen sollte.

Th52: Die Therapeutin realisiert keine davon.

Th56: Die Therapeutin sollte eine ja-aber-Strategie realisieren.

Th57: Sie startet jedoch noch mal neu – was aber nicht erfolgsversprechend ist, solange sie ihre Strategie nicht grundlegend ändert.

K158: Denn die Klientin wird auf ein solches Angebot nicht einfach eingehen (können): Sie sieht eben keine Probleme und die sieht sie auch nach der dritten Aufforderung nicht.

K162: Eigentlich ist klar, dass diese Entscheidung eine der Schlechtesten ist, die man treffen kann, wenn man schon unter Stress steht – aber auch das wird der Klientin lange nicht einleuchten und man muss es als Therapeut den Klienten sehr langsam aber sehr „straight“, Stückchen für Stückchen klarmachen.

K164: Typische Aspekte der PVS werden klar und ein Therapeut sollte nun die wesentlichen Aspekte herausarbeiten – wieder und wieder und wieder, langsam aber sehr „straight“.

Th68: Geht man als Therapeut direkt konfrontativ vor – selbst wenn man dies, wie die Therapeutin, nur vorsichtig tut.

K168: Macht die Klientin klar, dass das alles im Grunde gar kein Problem ist.

K171/72: Man sieht: Erwartungsorientierung, Konfliktscheu, mangelnde Abgrenzung, Nicht-Wahrnehmen eigener Belastungsgrenzen, Bagatellisierung etc. Als Therapeut muss man dann alle diese Aspekte konsequent verfolgen, explizieren, die Bearbeitung bearbeiten etc.

K175: Hier kommt eine Unlösbarkeitskonstruktion dazu.

Th76: Als Therapeut macht es keinen Sinn, *inhaltlich zu argumentieren*: Damit kommt man nie durch die Struktur durch!

K176: Wie man sofort erkennt.

Th77: Und die Therapeutin bestätigt letztlich dann auch wieder die Realität: Damit macht die ganze Strategie die Konstruktion im Grunde noch schlimmer.

Th78: Und die Therapeutin bestätigt auch noch die geringe Selbst-Effizienz-Erwartung der Klientin. Es wird hier schwierig sich vorzustellen, wie man noch schlechter intervenieren könnte.

Th82: Die Therapeutin definiert hier „Problemfelder“: Das Problem ist dabei, dass die Klientin diese nur als „Felder“, nicht als „Problem“-Felder definiert hat. Wenn die Therapeutin also fragt, ob die Klientin sich durch diese „Problemfelder“ belastet fühlt, wird die Antwort wohl zu erwarten sein.

K183: Die Klientin sieht „keinen Handlungsbedarf“: Was zu erwarten war.

K185: Und die Klientin sieht nicht, wie sie etwas verändern sollte – eine erneute Unlösbarkeitskonstruktion.

Th87: Was die Therapeutin veranlasst, wieder neu zu starten: Aber, das sollte klar sein, ein neuer Start macht nur Sinn mit einer neuen Strategie!

Th88: Was gar keinen Sinn macht ist, der Klientin zu überlassen, was sie therapeutisch machen will – man kann als Therapeut einem Klienten mit PVS nicht „Raum geben“: Was soll der Klient mit dem „Raum“ anfangen? Er „hat keine Probleme“, vermeidet alles, was belastend ist etc. – was soll ein solcher Klient in einer Therapie ohne Anleitung des Therapeuten tun? Eine solche Strategie ist schlicht *absurd!*

Und so nimmt der Prozess erneut den gleichen Lauf. Und dann entdeckt man Yoga als eine Art „Ausweichthema“ – aber auch das klappt ja nicht.

Insgesamt macht das Transkript deutlich, dass ein Therapeut, der nicht steuert, der nicht markiert, der nicht Verarbeitung bearbeitet, d.h. der sich nicht an die therapeutischen Regeln zum Umgang mit PVS hält, praktisch *nichts* bewirkt! Und so können dann auch die folgenden Stunden verlaufen.