

Seminar:
Psychotherapeutische Methoden
in der Beratung.



Psychodynamische Beratung in
Lebenskrisen und bei akuter
Suizidalität

REFERENTIN: KATERYNA POPOVA

HAUPTQUELLE: THOMAS GIERNALCZYK, CAROLA ALBRECHT: PSYCHODYNAMISCHE BERATUNG IN
LEBENSKRISEN UND BEI AKUTER SUIZIDALITÄT. IN: HEIKE SCHNOOR (HRSG.):
PSYCHODYNAMISCHE BERATUNG. GÖTTINGEN 2011 (VANDENHOECK & RUPRECHT), (117-
135)

Themenübersicht



- 1. Das Konzept der Krise und ihre Merkmale.
- 2. Psychodynamische Krisenintervention und ihre Struktur.
- 3. Beispiel 1. Psychodynamische Beratung bei suizidalen narzisstischen Krisen.
- 4. Psychodynamische Beratung bei manipulativer Suizidalität.
- 5. Beratungsschritte bei manipulativer Suizidalität.

1. Krise. Definition und Merkmale



- - Überforderung
- - Stark negative Gefühle
- - Keine Hoffnung auf die Verbesserung der Situation

Entstehung:

Wenn ein Mensch mit Ereignissen oder Lebensumständen konfrontiert wird, die ihn aufgrund seiner Fähigkeiten und sozialen Ressourcen stark überfordern und durch die er sein seelisches Gleichgewicht verliert.

Die wichtigsten Aspekte einer Krise



1. Der Anlass. Durch Auslöser:
 - I. Traumatische (Tod, Diagnose einer schweren Erkrankung);
 - II. Lebensveränderungskrisen (durch vorhersehbare Ereignisse – z.B. Eintritt ins Berufsleben)
2. Die subjektive Überforderung. Balanceverlust.
3. Der Bewältigungsversuch abhängig von Regression, Konflikten und Selbstwernerleben.
4. Psychische Symptomatik (z.B. Ängste, Unruhezustände, Depression etc.)
5. Die zeitliche Begrenzung: Höhepunkt Ausklingen



Psychodynamische Ergänzung



- 1. Krisen begünstigen regressivere Tendenzen der Betroffenen. Regression bestimmt das psychische Funktionsniveau der Krisenklienten und dient als Abwehrmechanismus.
- 2. Menschliche Krisen sind überdeterminiert: sie treffen auf eine spezifische Persönlichkeit in einem ganz bestimmten Lebensabschnitt und haben einen persönlich-biografischen Hintergrund (subjektive Bedeutung) .
- 3. Erhöhung der Übertragungsbereitschaft (Beziehungssuche, Idealisierung des Beraters, aber auch (Gegen)Übertragungshass!)

Die Bedeutung der Gegenübertragung



- **Übertragung** – alle unbewussten Erwartungen, Wünsche, Befürchtungen und Annahmen, die der Klient in die Beratungssituation mit hineinnimmt und an den Berater richtet.
- **Gegenübertragung** – alle unbewussten Reaktionen, antwortenden Gefühle und Handlungsimpulse des Beraters auf den Klienten und dessen Übertragung.

Beratungsgespräch – wie eine Szene auf der Bühne



- Auftritte der Personen, Themen, Art des Sprechens, das Aufeinander-Eingehen, räumliche Nutzung werden in einem interpretierenden Sinne genutzt.
- Zeigen die Handlungen  mit, die nicht bewusst in Sprache ausgedrückt werden können.
- Wichtig ist die Reflexion der eigenen Gefühle und Bilder des Beraters die Analyse der Gegenübertragung (konkordante oder komplementäre Gegenübertragung)

Metakommunikation



- Sequenzen zwischen den Therapeut und Patienten können aufgegriffen und durchgesprochen werden

- **Metakommunikation**, die dazu führt, dass der Klient lernt, dass die gleiche Situation von den Beteiligten sehr unterschiedlich wahrgenommen und bewertet werden kann.

 - Entstehung des gemeinsamen Verstehens

Gegenübertragungshass: Hass des Patienten – Gegenübertragungshass des Therapeuten

- Kommt häufig dabei vor.
- Der Klient überträgt seine Hassaffekte teilweise auf den Berater und ruft somit im Berater Gegenübertragungshass hervor.
- Zentrale Angriffspunkte: „alle heilen zu können“, „alles zu wissen“ und „alle lieben zu können“ + Entwertung als **Testung** des Therapeuten
„ist der Therapeut gut genug für die hohen Erwartungen?“ →
- Der beste Schutz: Der Therapeut soll seine Hassimpulse möglichst im Bewusstsein halten.

Fokusbildung und biographische Entwicklungsthemen



- Der Fokus ist eine Arbeitshypothese, in der der Krisenberater für sich formuliert, welche Entwicklungsthematik unbewusst aktiviert wird.
- Die alten Probleme, defizitäre und konflikthafte Themen bilden bei Menschen besonders empfindliche Punkte, sind aber oft nicht bewusst und werden in Krisen aktiviert.
- Sinn der psychotherapeutische Arbeit hier: Menschen dabei zu **unterstützen**, sich besser zu verstehen und ihnen somit einen größeren **Handlungsspielraum** für bewusste Entscheidungen zu eröffnen.

Trias der psychodynamischen Beratung



- I. Krisenberatung als Container-Contained-Prozess.
- II. Krisenberatung als „Affektregulation zu zweit“.
- III. Projektive Identifizierung bei der psychodynamischen Krisenberatung.

I. Beratung als Container-Contained-Prozess



- Das Konzept Container-Contained heißt, dass ein Ort, eine Person, ein Berater/eine Mutter (Container) etwas aufnimmt (to be contained) und verarbeitet wieder zurück gibt.
- Die Mutter nimmt z.B. die negativen, schwer auszuhaltenden Emotionen des Kindes auf, behält sie bei sich und verarbeitet, Rückgabe in abgemilderter Form an das Kind  emotionale Erleichterung
- Ähnlich ist bei der psychodynamischen Krisenberatung



- Der emotional überforderte Klient braucht einen Container, die Psyche des Beraters, die genug freie Kapazität zur Verfügung stellt,
- Damit nicht aushaltbares, teils unbewusstes Material des Patienten einen „Nistplatz“ findet, wo es eingeordnet, in Sprache gebracht und metabolisiert dem Krisenklienten zurück zur Verfügung gestellt wird.

Das allgemeine Container-Contained-Modell



- 1. Der Berater soll ein Setting schaffen, das Sicherheit gibt (keine äußere Störungen und vorhersehbarer Zeitrahmen).
- 2. Mentale Haltung des Beraters, in der er bereit ist, sich von der Erzählung des Klienten beeindruckt zu lassen (sich von anderen Verpflichtungen zu distanzieren, um freie psychische Kapazität zur Verfügung zu haben).
- 3. Verstehen, was mit seinem Gesprächspartner vor sich geht (Analyse der Gesprächssituation und Gegenübertragung)

II. „Affektregulation zu zweit“



- Menschen in Krisen sind nicht mehr in der Lage, sich selbst zu beruhigen.
- Folge: Berater soll den Menschen in solchen Situationen unterstützen, sich selbst zu beruhigen, eigene Gefühle zu verstehen, um den emotionalen Ausnahmezustand abzumildern.
- Krisenklienten brauchen nicht nur einen Menschen, der nicht nur einfach DA ist, sondern der ihn emotional/kognitiv unterstützt, seine inneren Zustände zu bewerten und einzuordnen.
- Vorübergehend übernimmt der Krisenberater Teile der regulativen Mechanismen, die dem Klienten nicht genug zur Verfügung stehen.

III. Projektive Identifizierung in der Krisenberatung



- Dieses Modell steckt einen Rahmen, in dem untersucht werden kann, WIE es zu Stimmungsänderungen und Impulsbildungen auf Seiten des Beraters kommen kann und wie er dadurch die Gefühlswelt des Klienten beeinflusst.
- Schritte:
 - 1. Lokalisierung der bedrohlichen psychischen Inhalte bei einem Interaktionspartner → Entlastung.
 - 2. Aufbau der nonverbalen Kommunikation → Entstehung der ähnlichen Gefühle beim Empfänger.
 - 3. Entstehung einer Objektbeziehung zum Berater/Empfänger.
 - 4. Der Sender kann sich nun weiter psychisch verändern und entlasten, wenn er sich mit dem Empfänger identifiziert.

Psychodynamische Beratung bei suizidalen narzisstischen Krisen



- Besonderheit und Gefahr: Klienten tendieren dazu, den Berater ebenfalls zu kränken.
- Ursachen solcher Krise: Trennung oder Verlust einer beruflichen Position (Größenvorstellung)



Zustand des Kleinheits-Selbstzustandes



Häufig suizidale Zuspitzung

als der einzige Fluchtweg, um Beschämung und Schande zu entkommen

2. Psychodynamische Beratung bei suizidalen narzisstischen Krisen



- Zu beachten:
- - erhöhte Empfindlichkeit solcher Patienten;
- - Zuspätkommen des Therapeuten, Verlegung der Termine etc. werden von Patienten als Missachtung und Entwertung erlebt.
- - Wertschätzende Interventionen, die das beschädigte Größenselbst wieder stabilisieren, und die Suche nach dem kränkenden Auslöser sind sinnvoll.

Psychodynamische Beratung bei manipulativer Suizidalität



- Stehen oft mit Beziehungsschwierigkeiten und Beziehungsabbrüchen in engem Zusammenhang.
- In der Krisenberatung entsteht eine Beziehung, die über drohende Suizidalität den Charakter einer manipulativen Objektbeziehung annimmt.



Folge – was Klient vermeiden will:
aus der Beziehung herausführende Tendenzen beim
Therapeuten.

Suizidalität als Geiselnahme

Gründe der manipulativen Suizidalität



- - Mittel gegen Einsamkeit
- - Unbewusste Ängste der Patienten vor Bezugsobjektverlust, Angst davor, vom Anderen abgeschoben und verlassen zu werden.
- - Frühere Verluste: Suizidalität wird als letzte Möglichkeit, sich vor erneutem Objektverlust zu schützen, betrachtet.

Beratungsschritte bei manipulativer Suizidalität



- 1. Den Suizidalen so anzusprechen und zu beeinflussen, dass der suizidale Handlungsdruck verringert wird.
- 2. Negative Gefühle des Therapeuten sind auch als Signale bzw. diagnostische Hinweise auf die emotionale Situation des Patienten zu verstehen. Hintergrund für diese Gefühle klären.
- 3. Der Erpressung nicht nachgeben. Kontakt mit Patienten nicht abbrechen.
- 4. Die prinzipielle Möglichkeit zum Suizid bestätigen, zeigen gleichzeitig, dass man damit nicht einverstanden ist und weiter mit dem Patienten in Kontakt bleiben will.

Beratungsschritte bei manipulativer Suizidalität



- 5. Kritisch hinterfragen, welche Mittel und Interventionen eine angemessene Reaktion sind, und welche Aktivität eher Ausdruck der Hilfslosigkeit des Therapeuten ist.
- 6. Erpressung weiter bearbeiten.



**Vielen Dank für die
Aufmerksamkeit!**