

# PSYCHOANALYTISCHE UND SYSTEMISCHE ANSÄTZE IN DER KRISENINTERVENTION

Von Mara Indovino, Paulina Kern, Laura  
Malkowska und Leon Harbecke

# Inhalt

1. Analyse, Intervention und Krise
2. Reflexion der Beziehungsgestaltung zw. Klient und Therapeut
3. Das Unbewusste
4. Die Fokaltherapie
5. Fallbeispiele
6. Systemische Krisenintervention

# 1. Analyse, Intervention und Krise

- Vielschichtigkeit der Psychoanalyse
- Gegenüberstellung: Krisenintervention und Analyse
- Akute psychosoziale Krise als spezifische Form der Krise

# Vielschichtigkeit der Psychoanalyse

- Psychoanalyse als Therapieform („die Analyse“)
- Psychoanalyse als (meta-)psychologisches Modell (Triebstruktur, Unbewusstes, Strukturmodell (Ich, Es, Über-Ich), etc.)
- Methode zum Erkenntnisgewinn (Deutung von Fehlleistungen, von Übertragung und Gegenübertragung, von Projektion, etc.)

# Gegenüberstellung: Krisenintervention und Analyse

<b>Krisenintervention</b>	<b>Analyse</b>
Zeitlich begrenzt	Langfristig und hochfrequent
Thematisiert einen aktuellen Konflikt	Thematisiert die gesamte Biografie und misst vergangenem große Bedeutung zu
Niedrigschwelliger Zugang	Hochschwelliger Zugang
Muss sich nach dem Klienten richten und kann ihm nicht zu viel abverlangen	Verlangt dem Patienten mitunter viel ab (Frustrationstoleranz, Widerstände etc.)

# Akute psychosoziale Krise als spezifische Form der Krise

- Nicht jede Krise verlangt eine Krisenintervention, sondern nur eine akute psychosoziale Krise
- Ihre Merkmale sind:
  - ▣ Eigen- und Fremdgefährdung
  - ▣ Gefühl von Überforderung
  - ▣ Mangel an Bewältigungsmöglichkeiten
  - ▣ Auseinanderfallen von objektiver und subjektiver Bedeutung der Krise

## 2. Reflexion der Beziehungsgestaltung zw. Klient und Therapeut

- Innerhalb Psychoanalyse: Reflexion der Beziehung und damit der unbewussten Anteile anhand verschiedener psychoanalytischer Prinzipien
- Schwierigkeiten innerhalb der Therapie sollen durch psychoanalytische Konzepte sichtbar werden und die Therapie erleichtern

# „Container-Contained“-Prinzip

- Patient soll Kapazität entwickeln, seinen mentalen Schmerz durch Nachdenken und darüber sprechen besser erleiden zu können
- Therapeut als „Container“ → stellt genügend freie Kapazität zur Verfügung
- Schmerz soll durch Fähigkeit des Therapeuten in Sprache gebracht und bewusstseinsfähig gemacht werden
- Anschließend wird „Schmerz“ in veränderter Form dem Krisenklienten wieder zur Verfügung gestellt
- Containing verlangt Therapeuten spezielle, sehr präzise und oft anstrengende mentale Aktivität ab

# Prinzip des Szenischen Verstehens

- Durch Krise werden psychische Strukturen und Abwehrmechanismen geschwächt → regressive Tendenzen treten verstärkt auf
- Mitteilung von Konflikten oftmals nicht nur sprachlich, sondern nur indirekt, szenisch oder mittels projektiver Mechanismen
- 3 Arten von Informationsvermittlung (objektiv, subjektiv und szenisch)
- Szene aufnehmen, analysieren und versuchen zu verstehen

# Übertragung und Gegenübertragung

- komplementäre vs. konkordante Übertragung
- Projektive Identifikation → Projektion auf Therapeut und Erwartungshaltung, dass dieser dem bereits bekannten Muster entspricht
- Klienten bringen Therapeuten dazu, das zu spüren, was sie selbst nicht aushalten
- Übertragungs-Gegenübertragungsfänomene müssen wahrgenommen, ausgehalten und verstanden werden

# Schwierigkeiten

- Nicht Gelingen von „Dem-Druck-Standhalten“ und Wahrnehmen → kommt zu Gegenübertragungswiderstand/Gegenübertragungsgagieren
- Balance von äußerer Entlastung, realer Veränderung und Verstehen des Übertragungsgeschehens (+ zugrundeliegender innerer Dynamik)
- Leisten von Klärungs- und Differenzierungsarbeit um persönliche und projizierte Anteile auseinanderhalten zu können

# 3. Das Unbewusste

- Zentraler Bereich psychoanalytischer Theorie & Praxis
- Ziel einer Krisenintervention => Stabilisierung
- Unbewusste Aspekte => Gefahr der Destabilisierung?

# Einbeziehung des Unbewussten

- Verbesserung der Einschätzung des Klienten (aus therapeutischer Sicht)
- Haben unbewusste Aspekte Anteil an der Ursache der Krise?
- Ist eine längerfristige psychotherapeutische Behandlung notwendig?

# Fallbeispiel „Hilde“

- Beziehungskrise
- Häusliche Gewalt
- 1.Sitzung: Will sich trennen & **befreien**
- 3.Sitzung:
  - ▣ Wirkt psychisch & physisch stabiler
  - ▣ „Ich bin wieder **gefangen**“

# 4. Die Fokalthherapie

- Krisenintervention => fokussiertes Arbeiten!
- Fokalthherapie = psychoanalytisches Konzept, was mit einem Fokus arbeitet
- Behandlungsfokus
- Fokalkonferenzen
- Fokalsatz = Leitfaden der gesamten Therapie

# Fokus in der Krisenintervention

- Gefährdungspotenzial
- Zeitliche Begrenzung
- Fokus auf Handlungen (Äußerem) & nicht auf dem Verständnis (Innerem)

# Anregungen für die Krisenintervention

- Vorbild der Orientierungsfunktionen und Strukturierungsfunktionen eines Fokus; Art und Weise fokussierten Denkens
- Verbindung zwischen aktuellem Krisenerleben und dem Unbewussten
- Beachtung & Thematisierung von Trennung und Ende

# Bildung eines Fokalsatzes

- **1.Teil:** aktuelle/bewusstseinsnahe Position (Krisenproblematik)
- **2.Teil:** Hypothese über die zentralen, unbewussten Motive & Hintergründe (Verbindung zum Unbewussten)
- **Zusatz:** Hinweis auf Lösungsrichtung (innere Lösungsphantasie)

# Unterschied zur Fokaltherapie



- Keine Fokalkonferenzen
- Zeitdruck

# Fokalsatz in der Krisenintervention

- **1.Teil:** Fokus auf die Problematik
- **2.Teil + Zusatz:** verbessert die Einschätzung
- **Allgemein:** Hilft bei der Präzession der Problemlage mit bewussten & unbewussten Aspekten

# Fallbeispiel „Ingeborg“

- Krise: Schwerer Autounfall der Mutter
  
- **1. Teil des Satzes:**  
„Ich weiß nicht, wie ich mit meiner schwer verletzten Mutter umgehen soll...“
  
- **3. Sitzung:**
  - ▣ Auszug
  - ▣ Abbruch des von der Mutter favorisierten Studiums

# Fallbeispiel „Ingeborg“

## □ **2. Teil des Satzes:**

„...weil sie immer so ein tolles Vorbild war, von dem ich mich endlich emanzipieren & meinen eigenen Weg finden will.“

→ Psychodynamische Bedeutung: Loslösung von der Mutter wird durch den Unfall blockiert!

# Fallbeispiel „Ingeborg“

## □ Zusatz:

„Und ich habe noch keine Vorstellung, wie ich meine Sorge um meine Mutter & meinen Wunsch nach Loslösung unter einen Hut bringen kann.“

→ Verbesserte therapeutische Einschätzung: Fokaltherapie sinnvoll!

# 5. Fallbeispiele

---

- Fallbeispiel 1: Maria
- Fallbeispiel 2: Irmgard
- Fazit der Fallbeispiele

# Fallbeispiel 1: Maria

- Wurde als Kind zur Adoption freigegeben und hat nun selbst das Sorgerecht für ihr Kind verloren
- Psychisch schwer krank und zum Zeitpunkt des Beratungsgesprächs suizidal
- Besondere Bedeutung der aktuellen Situation als Wiederholung
- Die psychoanalytische Einsicht des Beraters lässt sich nur vermittelt verwenden

# Fallbeispiel 2: Irmgard

- Musste die ersten 20 Jahre ihres Lebens in einer Sekte verbringen
- Erlebt ihre jetzige Ehe als ähnlich beklemmend
- Fehlleistung („ich bin gefangen“ – „ich habe mich gefangen“) als zentraler Punkt des Beratungsgespräch

# Fazit der Fallbeispiele

- Deutungen lassen sich in der Krisenintervention im Unterschied zum Analysesetting nur in Ausnahmen miteinbeziehen
- Sie können dem Berater allerdings immer helfen, das Problem für sich besser zu begreifen

# 6. Systemische Krisenintervention

- Ursprung der Methode ist mit Impulsen aus der Erkenntnistheorie und des Konstruktivismus verbunden
- Konstruktivismus: Theorie der Erkenntnis, die ein anderes Verständnis von Wirklichkeit als das üblich kultivierte vertritt
- Drei Prämissen in Bezug auf menschliches Verhalten laut Paul Watzlawick:
  - Die Freiheit jedes Einzelnen, in seiner Wirklichkeit für Veränderung zu sorgen
  - Die Verantwortung für ihr eigenes Handeln
  - Die grundsätzliche Offenheit jedes Menschen für die Wirklichkeitskonstruktionen anderer
- Systemische Therapie und Beratung fokussiert sich auf das ganze System, in dem die Person agiert

# Systemische Krisenintervention

- Krisensituation kann folgende Auswirkungen auf KlientIn haben
  - ▣ Starke Angst- und Verzweiflungsgefühle
  - ▣ Selbsttötungsgedanken und –handlungen
  - ▣ Erstarren in Bewegungslosigkeit
- Rolle des Therapeuten: Anregen und etwas beisteuern zu dem autonomen Suchprozess der KlientIn bei der Bewältigung ihrer kritischen Lebenssituation
  - ▣ Sich anschlussfähig zeigen und beteiligen, Perspektiven zu weiten und neue Möglichkeiten zu erschließen ohne dies einseitig und allein entscheidend tun zu können

# Systemische Krisenintervention und Suizidalität

- Einführung einer Suizididee hat nicht nur für den Klienten und sein soziales System, sondern auch für den Therapeuten massive Auswirkungen auf Strukturierung von Denken, Fühlen und Handeln
- Kommunikation rund um das Thema Suizid kann die Möglichkeit einer suizidalen Handlung vergrößern
- Offenhalten von Entscheidungsoptionen und Unterstützung bei der Abwägung der Auswirkungen der jeweiligen Entscheidung
- Allparteilichkeit und Neutralität gegenüber des Klienten
- Auseinandersetzung mit der eigenen professionellen Situation als TherapeutIn

# Systemische Krisenintervention und Suizidalität

- Ressourcenorientierung unter der Prämisse, dass die KlientIn auch in Krisensituationen über jene Ressourcen verfügt, die sie zur Beendigung des Krisenerlebens benötigt
- Rekontextualisierung in den eigenen Lebensraum und in ein Beziehungsnetzwerk, in dem KlientIn gestaltend teilnimmt
- Öffnung des Blickfeldes nach außen, Fokussierung der Aufmerksamkeit auf eigene Handlungs- und Entscheidungskompetenzen bringt Bewegung in festgefahrene Weltsicht und wirkt sich positiv auf das subjektive Krisenerleben aus

# Systemische Krisenintervention und Suizidalität

- In-Beziehung-Treten von KlientIn und TherapeutIn kann durch „Pacing und Leading“ unterstützt werden
- Pacing: sich dem Selbstausdruck der KlientIn angleichen, sich auf die Welt des Gegenübers einstimmen und ihm in seinem Bezugsrahmen begegnen
- Leading: TherapeutIn macht Angebote, die KlientIn aus dem Problemzustand herausführen und Abstand zum leidvollen Erleben ermöglichen



„Versteht man menschliches Leben als Entwicklungsprozess im Fließgleichgewicht von Stabilität und Wandel, so können Zeiten von Instabilität bis hin zu krisenhafter Zuspitzung als „normale“ Begleiterscheinungen im Lebenslauf beschrieben und bewertet werden.“

# Fallbeispiel

- Nach einem Nervenzusammenbruch wird die KlientIn (34 Jahre) von ihrer Frauenärztin an die Psychotherapeutin überwiesen
  - ▣ Mögliche Suizidgefährdung
  - ▣ Zukunftspläne mit ihrem Partner werden durchkreuzt, als sie in einer unglücklichen Situation einen anderen Mann kennenlernt  
→ Entscheidungsdruck

# Fallbeispiel – Ausschnitt 1

KI: Ich glaube nicht, dass mir jemand helfen kann.

Th: Oh, ja, das ist natürlich eine wichtige Überlegung. Was denken Sie, woran Sie merken würden, dass das hier für Sie hilfreich ist?

KI: Ich weiß nicht. Ich kann mir das im Moment gar nicht vorstellen.

Th: Ich finde es sehr beeindruckend, dass Sie trotz Ihrer Skepsis hergekommen sind und im Blick haben, was für Sie in Ihrer Situation passend ist.

# Fallbeispiel – Ausschnitt 2

Th: Mhm... Sie haben eben davon gesprochen, dass Sie immer häufiger daran denken Schluss zu machen. Wofür wäre das aus Ihrer Sicht in dieser Situation gut? Was wäre dann anders?

KI: Ich müsste mich nicht entscheiden, und ich wäre die Schuldgefühle los.

Th: Das hört sich an, wie: Ich brauche eine Auszeit, und was ich mir aufbürde ist zu viel.

KI: Ja ich möchte nichts mehr hören und nichts mehr sehen. Ich will nur noch meine Ruhe.

Th: So etwas wie „weder noch“: Zurzeit entscheide ich mich weder für den einen noch für den anderen. So etwas wie ein dritter Weg?“

KI: (nickt)