

Fallbeschreibung aus meiner Therapiepraxis

Mit der nachfolgend aufgeführten anonymisierten Fallbeschreibung möchte ich meine Arbeitsweise und meinen Ansatz in der therapeutischen Arbeit in kurzer Form veranschaulichen. Damit gebe ich weder ein Heilungsversprechen noch eine Erfolgsgarantie ab.

Ich weise deutlich daraufhin, dass Heilungsversprechen und Erfolgsgarantien in der therapeutischen Arbeit weder gegeben werden können noch gegeben werden dürfen.

Außerdem ist jederzeit zu beachten, dass alle Menschen und die mit ihnen verbundenen Aspekte komplett individuell sind, so dass dieselben therapeutischen Interventionen bei einem Klienten eine Wirkung erzeugen können, die bei einem anderen Klienten anders ausfallen würde.

Alle Geschlechter sind gleichwertig.

Fallbeschreibung: Paartherapie

Eine Paartherapie stellte sich auf den ersten Blick gefühlt als schwieriges Unterfangen dar mit einem ausgeprägt streitenden Paar, wie ich es bis dahin noch nicht erlebt hatte. Beide sind als einzelne Person jeweils sehr sympathisch, zusammen kamen sie allerdings nicht miteinander aus. Dieser Tatbestand sei auch im Laufe der Zeit immer schlimmer geworden.

Das Unterfangen, an einer harmonischeren Beziehung der beiden Eheleute zu arbeiten, erschien wenig erfolversprechend, es gab aus meiner Sicht zunächst nur wenig Aussicht auf Erfolg. Ich hatte mich ernsthaft gefragt, wie es sein konnte, dass die beiden sich kennengelernt und geheiratet hatten. Ich ließ mich zumindest darauf ein, anamnestische Daten zu erheben und zu überlegen, wer außer mir ein geeigneter Therapeut für die Aufgabe sein könnte.

Typologisch betrachtet, hätten beide gut zusammenpassen sollen, von den Potenzialen aus gesehen, passte alles zusammen. Ich war dabei, die Konflikte im Einzelnen zu sammeln, bis ich erkannte, dass der Ehemann ein massives Trauma mit sich herumschleppte. Er wurde als Kind sexuell missbraucht und trug dieses Trauma auch als Erwachsener weiter mit sich herum. Er liebte zwar seine Frau, er hatte sie aus Liebe geheiratet, aber er konnte intrapsychische Verletzungen immer weniger abwehren und zeigte immer mehr Verhaltensweisen, die seine Frau in höchstem Maße provozierten. Es wurde immer schlimmer, bis er sich nur noch kurze Zeit beherrschen konnte und immer früher und stärker in Zustände verfiel, die ihn unerträglich schlecht und haltlos, bisweilen extrem aggressiv fühlen ließen. Für seine Frau war das ebenfalls völlig unerträglich, nicht nachvollziehbar und extrem belastend. Sie fühlte sich nicht mehr sicher und stellte ihren Mann vor die Wahl der Paartherapie oder die der Trennung. In den vielen schwerwiegenden Projektionen, in denen der Ehemann lauter unbegründete Vorwürfe auf seine Außenwelt übertrug und dort bekämpfen wollte, habe ich erkennen können, dass es einen größeren Bereich von intrapsychischen Inhalten gab, die er für sich selbst nicht wahrhaben wollte.

Also haben wir einen gesonderten Termin gemacht, in dem wir das Trauma vollständig bearbeiten konnten. Eine Woche danach war dann wieder ein Paartermin, in dem ich die vollständige Auflösung überprüfen konnte. Die Stimmung der beiden Eheleute hatte sich aber bereits merklich verbessert. Der Ehemann fühlte sich sehr erleichtert, war aber noch dabei, sein neues Lebensgefühl Stück für Stück kennen zu lernen.

Ich hatte im Beisein der Ehefrau nochmals eine therapeutische Sitzung mit dem Ehemann gemacht, damit sie nachvollziehen konnte, was wir im Einzelnen gemacht haben. Das hatte ihr geholfen anzunehmen, dass nun wirklich eine neue Zeit angefangen hatte.

Wir haben dann noch ein paar Termine auf der Basis der positiven Psychologie gemacht, um die Grundlagen zur Führung einer guten Beziehung einmal durchzugehen. Die zentrale Bedingung der innigen ungetrübten Liebe für eine starke Beziehung war dabei aber bereits vorhanden. Bis auf den heutigen Tag funktioniert ihre Ehe sehr gut und liebevoll.