

Tagung Psychotherapie und Grenzen
Klinik Schützen, 20.6.2019

Psychotherapeutisch behandeln und behandelt werden –
eine Grenzwanderung.

Dr. med. Hanspeter Flury
Facharzt Psychiatrie Psychotherapie FMH
Executive MBA HSG
Chefarzt und Klinikdirektor



Ziel.

Psychotherapie findet an Grenzen statt,

- zwischen Akzeptieren unabänderlicher Grenzen und Sich-Öffnen für Neues,
- zwischen innerem Erleben des Patienten sowie seiner Kommunikation und seinem Handeln gegen aussen
- zwischen Behandelndem und Behandler

Wie kann dies im therapeutischen Dialog gefördert und genutzt werden?

Grenzen:

Ein Thema für jede Patientin, jeden Patienten.

Krankheit: Depression, Angst, ADHS, Sucht, körperliche Krankheit,...

Äussere Grenzen und Anforderungen:

Verlusterlebnisse

Beziehungsschwierigkeiten: Partner, Kinder,...

Anforderungen der Aussenwelt, Arbeit, Staat

Kollektive Erwartungen und Werte

Eigenes, eigene Grenzen:

Wesensart, Identität

Entwicklungsthemen, Aufgaben von

Lebensphasen

Eigener Lebensweg, Geschichte,

Entscheidungen

Grenzen:

Ein Thema für jede Therapeutin, jeden Therapeuten.

Was liegt vor, was nicht?

Diagnostik

Was tun, was nicht?

Guidelines

Kooperationen

Was lässt sich erreichen? Was ist genug, was zuwenig?

Umgang mit Grenzen des Möglichen, Nicht-Helfen-Können

Wie bin ich, was sind meine Grenzen, was bringt mich an Grenzen, wie gehe ich mit Grenzen um?

Wie halte ich es mit der Aussenwelt?

Wie gehe ich um mit Anforderungen von Krankenkassen, Angehörigen, Arbeit, Staat?

Wie weit bin ich in kollektiven Erwartungen und Werten gefangen?

Grenzen – ein Thema jeder Behandlung.

Die Gestaltung der Behandlung; ihre Möglichkeiten und Grenzen

Setting – Vorgehen – Evaluation - Adaptation

Die Grenzen zwischen Therapeut und Patient

Die Grenzen des Therapeuten

Wesensart, Geschlecht, soziale Stellung

Interessen

Eigene Krankheiten, Veränderungen

Die Grenzen von Verfahren

Weg-Plan.

**Psychotherapie: klare Regeln und Grenzen, und doch eine
Grenzwanderung.**

Orientierungshilfe für Therapeutinnen und Therapeuten.

Toolbox für Therapeutinnen und Therapeuten.

Das Einmaleins der Grenzwanderung.

Die Gretchenfrage an die Psychotherapie: Wie hast du's mit den Grenzen?

Psychotherapie ist ein effizientes Heilverfahren mit klaren Regeln und Grenzen.

- Heilverfahren, effizient
- Regeln gesetzlich festgelegt, wissenschaftlich etabliert, Standesregeln, Regeln der Kunst
- Patient als Auftraggeber und Bündnispartner: Respekt vor Individuum, seiner Autonomie und Kreativität
- Psychotherapie als kreativ-produktiver Prozess
- Therapeutische Beziehung zentral, als Teil des Behandlungsverfahrens

Regeln, Grenzen zu Behandlungen

- geben Orientierung für Pat. und Therapeut.
- ermöglichen, fördern und schützen den Behandlungsprozess und positive Entwicklungen
- verhindern „Nebenwirkungen“, Ausbeutung von Abhängigkeit

Psychotherapie: Grenzen als schützende Basis.

In psychotherapeutischen Beziehungen ist das Respektieren von Grenzen speziell wichtig, in manchen Punkten unverhandelbar.

Schwere Folgen von Grenzverletzungen, z.B. Missbrauch für sexuelle, emotionale und persönliche Bedürfnisse des Therapeuten

Konsequenzen für Therapeuten:

- eigene Bedürfnisse zurücknehmen, Abstinenz
- Therapie schützen
- „Grenzwächter sein gegenüber sich selbst“

Psychotherapie greift ein – mit welchen Grenzen?

Eingreifen ist nötig, für die Therapie, zur Ermöglichung von Wachstum,
zum Schutz

Gefahren an sich und auf der Basis historischer Altlasten:

- **Paternalismus, Kustodialität, Fehleingriffe.**
 - Undeklarierte Suggestion
 - Manipulation
 - Eugenik
- **Absentismus** von Therapeuten

Pendelbewegung?

- Interventionalismus
- Crisp,
- Neurobiologie

Orientierung für Psychotherapeuten.

- **Diagnostik und Therapie**
 - Leitlinien
- **Der Patient:**
 - seine Selbstbestimmung, seine Würde, sein Sein
- **Der therapeutische Prozess**
 - Hüten und Fördern von positiver Veränderung und Entwicklung des Individuums, Schützen vor Negativem
 - Lehrer, Coach, Bergführer, Chirurg, Schiedsrichter, Grenzwächter
- **Die therapeutische Beziehung**
 - Therapeut(in) als präsent, emotional verfügbares, zugewandtes Gegenüber, vertrauenswürdig, respektvoll, wertschätzend
 - emotional verfügbar, selektiv authentisch

also: aktiv, abstinent, selektiv authentisch

Toolbox für Psychotherapeuten.

- **Haltung: gemeinsam, mit professioneller Führung durch Therapeut**
- **Behandlungsplanung** als therapeutischer Akt, initial und im Verlauf; Bündnis bezüglich Vorgehen, Rollenteilung, Transfer in Alltag
- **fragen, ergründen, spiegeln, emotional reagieren, fragen...**
- **Handeln ergründen**, begleiten, Transfer in Aussenwelt; Sichtweisen Dritter reflektieren, ethische Reflexion
- **mit Zugängen spielen:** Szenarien wälzen, vergangenheits- und zukunftsbezogen: „Zauberer“, „Fee“; Konjunktiv
- **Kommunikation und Reflexion über Therapie und therapeutische Beziehung fördern**
- **Intersubjektivität**
- **Aufmerksamkeit für Verlauf, Zeitachse, Entwicklungsprozess**

Psychotherapie: das Einmaleins der Grenzwanderung.

das Vorgehen klären

die Lage näher und weiter erfassen, Manifestes und zu Entdeckendes

das Erleben von Grenzen sowie des Umgangs damit erforschen

**das Hier und Jetzt, Therapie im psychotherapeutischen Raum versus
Grenzverkehr mit dem Leben und dem Alltag draussen, Transfer**

Umgang mit Grenzen der Therapie, des Möglichen

Umgang mit zeitlicher Begrenzung

Umgang mit Grenzen von Verfahrens und Therapeuten Referate

Umgang mit Forderungen: Krankschreibung, Zeugnisse

Umgang mit Grenzsituationen: Suizidalität, Symptome ↑, Agieren,
Manipulieren, Compliance ↓

Psychotherapie: das Einmaleins der Grenzwanderung (2).

die Bedeutung und das Erleben von Grenzen sowie des Umgangs damit erforschen

- Überschreiten und lockern, sich häuten (Wachstum) und/oder Akzeptieren und Bekräftigen von Grenzen, Bescheidung?
- Veränderung aussen und/oder innen; alloplastisch – autoplastisch
- Wachstum: an Grenzen oder „open field“?
- Fallen:
 - Trauma, Pathologie als Grenze? Opfer
⇔ eigener Gestaltungsraum
 - Machbarkeitswahn
 - Stärken, Ressourcen unterschätzen
 - den Moment überschätzen
 - Voraussehbarkeit überschätzen
 - Hoffnung, Chancen im Verlauf unterschätzen

Herzlichen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Bei Fragen:
Dr. med. Hanspeter Flury,
Chefarzt und Klinikdirektor
hanspeter.flury@klinikschoetzen.ch
T 061 836 26 26
www.klinikschoetzen.ch