



Rheinfelder Tag Psychotherapie 31.8.2023
Kraft der Begegnung

Begegnung und Beziehung – die zentralen Wirkfaktoren psychotherapeutischer Behandlungen

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



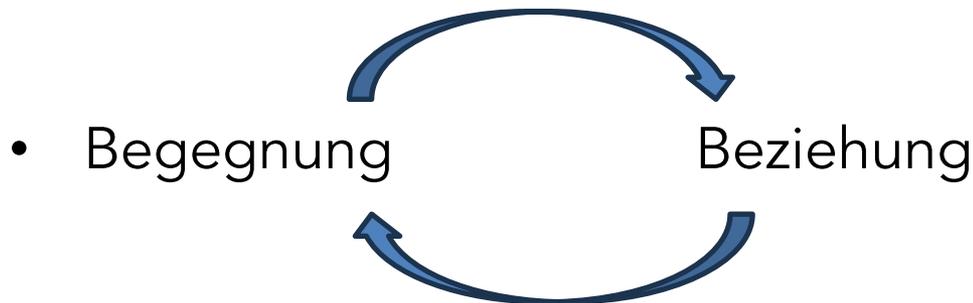
Begegnung: Was ist gemeint?

ein Zusammentreffen von (zwei) (wahrnehmenden) **Lebewesen**, bei dem etwas **Signifikantes, Bedeutungsvolles** geschieht, das eine neue Erkenntnis- oder Erlebnis-Dimension über sich, den anderen, die Welt oder das Leben eröffnet

- mit anderen Menschen
- bei einem Menschen mit sich selbst, anderen Seiten von sich

„ein neuer Blick; der Blick des anderen“

Exkurs: Begegnung – Beziehung – Übertragung.



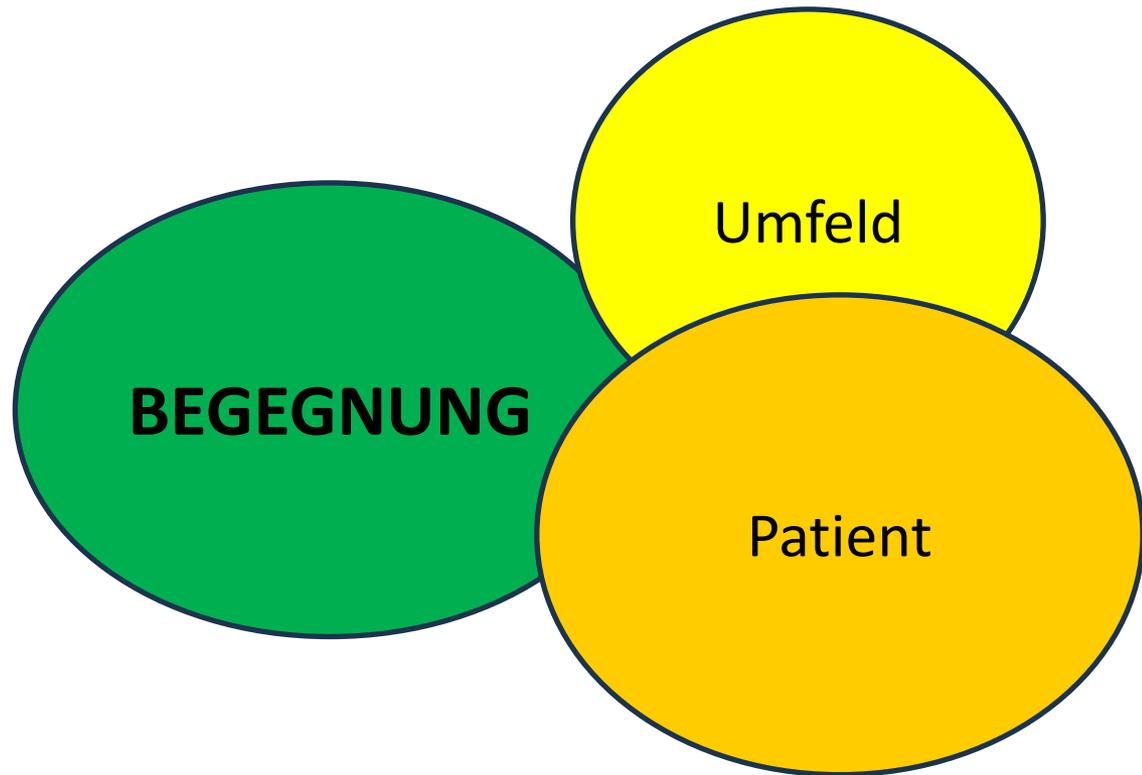
- Begegnung
 - Beziehung
- Begegnung (momentan, herausragend) vor dem Hintergrund einer (dauerhaften) Beziehung (Frankl).
 - Übertragung als Prägung der Begegnung und der Beziehung durch früh angelegte oder erworbene Erwartungen und Neigungen

Exkurs: Signifikante Begegnungen aus psychologisch-psychotherapeutischer Sicht.

- „Der Mensch wird am Du zum Ich.“ Martin Buber
- Psychosexuelle Entwicklung (Erik H. Eriksson)
- Adoleszenz
- Selbstpsychologie
- belastende, traumatische Erlebnisse
- Erleben von Krankheit
- wichtige Begegnungen
- Gesellschaftliches, z.B. Mobbing, Solidarität

Was alles prägt in Psychotherapien
die Begegnungen?

Was alles prägt in Psychotherapien die Begegnungen?



Begegnung in Therapien: Der/die PatientIn prägt die Begegnung.

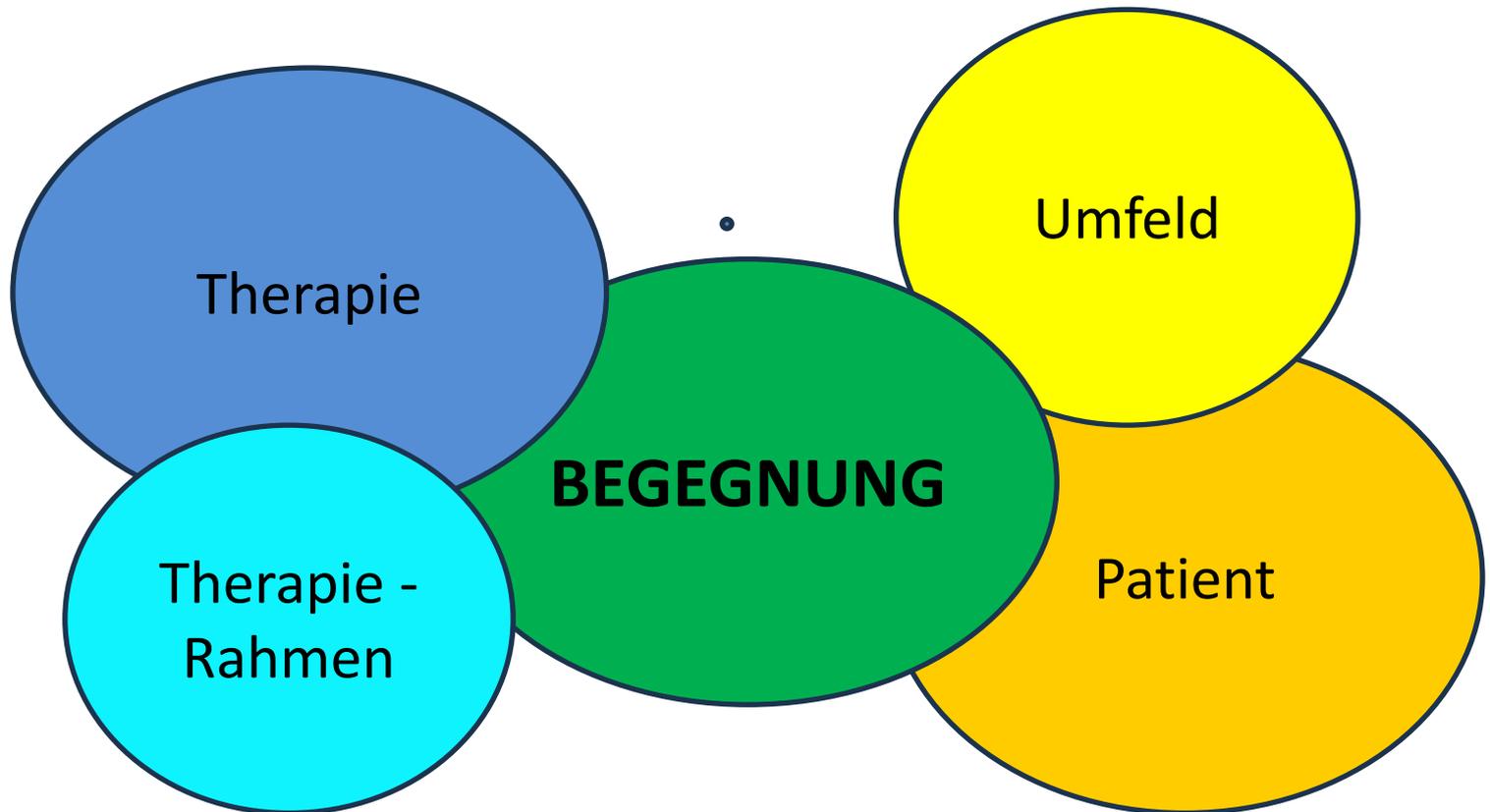
Patient/-in: Übertragung

- Symptomatik
- Belastungen, Traumen, Konflikte
- Ressourcen, Erwartungen
- Therapie-Vorgeschichte
- Persönlichkeit: Einstellungen, Werte und Überzeugungen
- Kern-Eigenschaften der Person

... und sein/ ihr Umfeld:

- Angehörige
- Peer-Gruppe
- Arbeits-Umfeld
- Weiteres Beziehungsumfeld wie Religion

Was alles prägt in Psychotherapien die Begegnungen?



Begegnungen in Therapien: Die Behandlung als solche prägt.

Therapiebezogenes:

- Der Therapie Inhärentes: „Krankenbehandlung für Kranke“ versus Selbsterfahrung
- Die Psychotherapie im Zentrum. Grenzen.
- Information über Diagnose, Behandlungsrahmen, Methode und erwartete Effekte der Therapie (auch methodenbezogen), Anforderungen an Pat. und nötige Mitwirkung, Grenzen
- Der Einbezug des Umfelds.
- Der Therapie-Verlauf.

Begegnungen in Therapien: Die Behandlung als solche prägt.

Gesundheitswesen-Bezogenes:

- verpflichtend Vorgegebenes, z.B. Berichte über Fortschritte
- Finanzielles rund um die Therapie, Tarife, Rechnungsstellung
- Krankschreibung
- Medikamente
- Berichte nach aussen
- Kooperation

Psychotherapie-Forschungs-Ergebnisse.

- Psychotherapie wirkt.
- Alle Methoden wirken (gleich stark).
- Unspezifische Faktoren sind wichtiger als spezifische.
- Wirkfaktoren:
 - Therapeutische Beziehung
 - Ressourcenaktivierung
 - Problemaktualisierung
 - Problembewältigung
 - Motivationale Klärung
- Die gute Therapeutin, der gute Therapeut



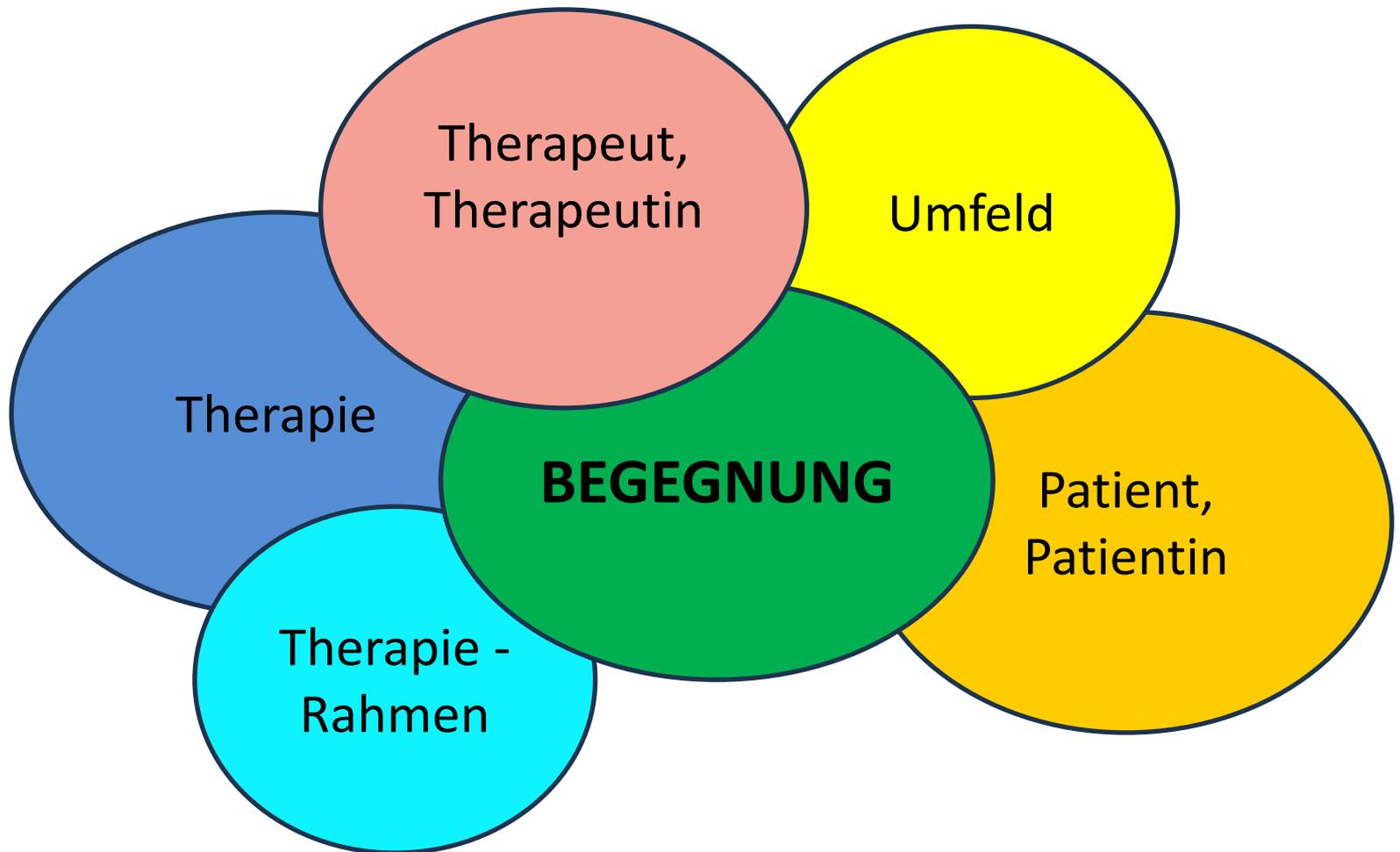
Begegnung zentral.

„Begegnung“: in (vielen) Psychotherapien und Behandlungen sowie in Forschung und Unterricht generell **unterschätzt**.

Besonders unterschätzt, ja tabuisiert ist der Beitrag von Therapeuten zur Begegnung:

- seine Person (höchstens Feld der Selbsterfahrung)
- sein Verhalten als Tabu, ausser beim Abstinenzgebot

Und die therapeutisch Tätigen prägen!



Begegnung: für Therapien wichtig.

Gestaltung des Behandlungsaspekts „Begegnung“ ermöglicht:

- bessere Gestaltung von Begegnungen
- vertiefte Reflexion des Beziehungserlebens von Pat. im Hier und Jetzt
- vertiefte Reflexion der Einflüsse von Therapeuten und ihres Verhaltens
- bessere therapeutische Beziehung und Behandlungsergebnisse
- bessere Psychotherapie-Schulungen
- bessere Psychohygiene von Therapeuten
- besserer Umgang mit komplexen Behandlungssettings, z.B. Psychosomatik und stationäre Psychotherapie

Therapeutisch Tätige als Personen:

- Titel, beruflicher Hintergrund, Ruf, ev. berufspolitische Aura
- Erscheinung, Auftritt
- Soziokulturelles (Kinder, Beziehungsstatus, Sprache, Vorlieben, Hobbies)
- Interaktionelles: Mimik, Gestik; Schwerhörigkeit, Stimme, Verstehbarkeit, Verständlichkeit
- Wirkung auf andere, Ausstrahlung

Begegnungen: Wie therapeutisch Tätige prägen (2)

Therapeutisch Tätige als Personen:

empathisch? belastbar? belastet? offen? zurückhaltend? verschlossen?
gehemmt? interaktiv? konfliktscheu-harmonistisch? konfrontativ?
kränkbar? umständlich? humorvoll? interessiert? rechthaberisch? attraktiv?
gescheit? verständlich? erschöpft? geizig? anspruchsvoll? ängstlich?
lebenserfahren? resigniert? glücklich? inspiriert? gelangweilt?
lebensfreudig? unzufrieden? frustriert? tolerant? grosszügig?

Begegnungen: Wie therapeutisch Tätige prägen (1)

Therapeutisch Tätige als Personen:

- Titel, beruflicher Hintergrund, Ruf, ev. berufspolitische Aura
- Erscheinung, Auftritt
- Soziokulturelles (Kinder, Beziehungsstatus, Sprache, Vorlieben, Hobbies)
- Interaktionelles: Mimik, Gestik; Schwerhörigkeit, Stimme, Verstehbarkeit, Verständlichkeit
- Wirkung auf andere, Ausstrahlung

Behandlungsbezogenes seitens des Therapeuten:

- Erfahrungshintergrund: Methoden, Methodentreue versus Flexibilität
- Ort und Zeitrahmen der Praxis, Atmosphäre
- Kommunikation, Dienstleistungsqualität
- Situativ Erlebtes?

Motto: Wahrnehmen und reflektieren, Gestalten. interaktiv bearbeiten

1. Wahrnehmen und Reflektieren: allons-y! Insbesondere:

- „mit den Augen eines Fremden, Dritten“
- Selbstreflexion und -erfahrung auch im Hinblick auf Erhöhung der Empathie in Dritte, Rückmeldungen
- interessierte Haltung, 360 Grad
- Rückmeldung inkl. Beschwerden von Pat. aktiv einholen, 1:1 nehmen
- Supervision bez. Eigenem; Peer-Rückmeldungen
- Video- Aufzeichnungen



Anwendung auf therapeutische Begegnungen.

2. Gestalten

- Rahmen gestalten und reflektieren, z.B. eigener Auftritt, Praxis-Ambiente
- Informationen zu Behandlung:
 - Diagnose, Einschätzung, umfassend
 - Ziele
 - Krankenbehandlung im engeren Sinn, Symptom-Abbau bzw. Linderung, Funktionsfähigkeit, Genuss- und Arbeitsfähigkeit, Freude, Lebensqualität, Begleitung im Leiden, Umgang mit Krankheit
 - Selbstreflexion, Selbstsorge; Entwicklung
 - veränderte Sicht von sich und anderen; Wieder-Begegnung mit sich und anderem, Wieder-Entdecken von Verschollenem
 - Klärung von Konflikten, Lebensveränderung
 - Mehr Verständnis für andere
 - Setting



Anwendung auf therapeutische Begegnungen.

2. Gestalten (2)

Informationen zu Behandlung:

- Angaben zu Inhalt:
 - Therapie als Schon- und Schutzraum, Erholung, Entlastung
 - Experimentier-Labor, Treibhaus, Spielwiese, Probebühne
 - Übungsfeld, Trainingslager
- Aufgaben Pat.: (Teil-) Auftraggeber – Behandler – Mit-Handelnder
 - Geduld
 - Neugier, Aufmerksamkeit auf Neues
 - Rückmeldung zu Erleben von Therapie/ TherapeutIn
 - Transfer ins Leben
- Rolle Therapeut, Bergführer, auf Therapie ausgerichtet; spürbar, gewichtet therapeutische Beziehung. Umgang mit Schwierigkeiten. Stellungnahme bei Werten, nicht manipulativ
- Bedeutung der hilfreichen therapeutischen Beziehung, vertrauensvoll, wohlwollend, unterstützend, fordernd-fördernd

2. Gestalten (3)

Im Verlauf achten auf:

- Entwicklung, Neues
- „Dranbleiben“ des Pat., Identifikation mit Therapie
- Entwicklung sowie Transfer ins Leben, kommunikativ und handelnd
- Klärungsbedarf, Abweichendes aktiv ansprechen / konfrontieren
 - problematisches Suchtverhalten
 - fehlende Motivation, Nicht-Erscheinen
 - Destruktives

Anwendung auf therapeutische Begegnungen.

3. Begegnungen in der Therapie und dabei Erlebtes gewichten und interaktiv dran bleiben, nachfragen, verankern; mit Interesse
 - Aktual-Begegnung im Zentrum:
primär im Hier und Jetzt ergründen, klären, Neues ermöglichen
 - erst dann Bezug zu vergangenem Muster („deuten“)
andernfalls: infantilisierend, sich entziehend
 - erst dann frühere Erfahrungen durcharbeiten
 - Transfer ins Weitere (Therapie, Zukunft, Leben)
 - Anspielungen auf Therapeut(in) klären; verfügbares Gegenüber, emotional
 - Abstinenz ja, Spürbarkeit ja

Fazit: Begegnung: für Therapien wichtig?

„Begegnungen“ sind für Therapien und Behandlungen wichtig:

Gestaltung des Behandlungsaspekts „Begegnung“ ermöglicht:

- bessere Gestaltung von Begegnungen
- vertiefte Reflexion des Beziehungserlebens von Pat. im Hier und Jetzt
- vertiefte Reflexion der Einflüsse von Therapeuten und ihres Verhaltens
- bessere therapeutische Beziehung und Behandlungsergebnisse
- bessere Psychotherapie-Schulungen
- bessere Psychohygiene von Therapeuten
- besserer Umgang mit komplexen Behandlungssettings, z.B. Psychosomatik und stationäre Psychotherapie



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

Herzlichen Dank
für Eure Aufmerksamkeit!